

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS DZIKIR DENGAN KECEMASAN (ANXIETY)

(Studi Pada Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Rt01/Rw 04 Kelurahan Delima
Pekanbaru)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan

Program Strata Satu (S1) Pada fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



OLEH :

YASRI

NIM. 10461025788

**FAKULTAS PSIKOLOGI
INIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

2010

YASRI (2010), Hubungan antara Kualitas Dzikir dengan Kecemasan (anxiety) pada Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru.

ABSTRAK

Penelitian korelasi ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan (anxiety) pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Rt 04/Rw 01 kelurahan Delima Pekanbaru.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Rt 04/Rw 01 kelurahan Delima Pekanbaru yang diuji dengan menggunakan korelasi *product moment*. Subjek dalam penelitian ini adalah jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Rt 04/Rw 01 Kelurahan Delima Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian populasi, dengan populasi tak hingga. Alat ukur yang digunakan adalah skala kualitas dzikir dan skala kecemasan yang diujicobakan kepada sampel dengan menggunakan *skala likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat tidak sesuai (STS), dengan jumlah sampel yang diperoleh berjumlah 114 orang. Hasil uji coba alat ukur langsung dianalisa validitas dan reliabilitasnya karena penelitian ini menggunakan *try out* terpakai.

Validitas alat ukur penelitian diuji dengan teknik korelasi *product moment* dari Pearson sedangkan reliabilitas diuji dengan teknik *alpha*. Hasil uji validitas untuk instrumen penelitian variabel kualitas dzikir berkisar antara 0,250-0,679 dengan *koefisien reliabilitas* sebesar 0,948. Sedangkan untuk variabel kecemasan berkisar antara 0,251-0,702 dengan *koefisien reliabilitas* sebesar 0,945. Uji validitas dan reliabilitas diukur dengan bantuan komputer program *SPSS 17,0 for Windows*.

Analisa data menggunakan teknik korelasi *product moment* menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,626 dengan signifikansi 0,000. Maka hipotesis penelitian ini diterima. Dengan kata lain terdapat hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab kelurahan Delima Pekanbaru. Ini berarti baik buruknya kualitas dzikir jemaah Salafy berdampak pada tinggi rendahnya tingkat kecemasan, semakin baik kualitas dzikir, maka semakin rendah tingkat kecemasan. Sebaliknya semakin buruk kualitas dzikir semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh jemaah Salafy.

Kata kunci : Kualitas, dzikir dan kecemasan.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN PEMBIMBING.....	i
PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK... ..	vi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Maksud dan Tujuan.....	13
D. Kegunaan Penelitian.....	13
1. Kegunaan Ilmiah.....	13
2. Kegunaan Prakris.....	13

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecemasan.....	15
1. Pengertian Kecemasan.....	15
2. Sumber Kecemasan.....	18
3. Gejala Kecemasan.....	20
4. Macam-macam Kecemasan.....	22

B. Kualitas Dzikir.....	25
1. Pengertian Dzikir.....	25
2. Kualitas Dzikir.....	27
3. Bentuk-bentuk Dzikir.....	28
4. Manfaat Dzikir.....	28
C. Kerangka Pemikiran, Asumsi, dan Hipotesis.....	32
1. Kerangka Pemikiran.....	32
2. Asumsi.....	41
3. Hipotesis.....	41

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	42
B. Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional.....	42
1. Variabel Penelitian.....	42
2. Defenisi Operasional.....	42
C. Populasi, Sampel Penelitian, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	44
1. Populasi Penelitian.....	44
2. Sampel Penelitian.....	45
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	45
D. Metode Pengumpulan Data.....	46
1. Alat Ukur.....	46
2. Uji Coba Alat Ukur.....	49
3. Uji Validitas.....	50

4. Uji Reliabilitas.....	54
E. Teknik Analisa Data.....	54
F. Lokasi dan Jadwal Penelitian.....	55
1. Lokasi Penelitian.....	55
2. Jadwal Penelitian.....	55

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Laporan Pengumpulan Data.....	57
B. Hasil penelitian.....	57
1. Hasil Uji Asumsi.....	57
2. Hasil Uji Normalitas.....	58
3. Hasil Uji Linearitas.....	59
C. Hasil Analisa Data.....	59
D. Analisa Tambahan.....	62
E. Pembahasan.....	65

BAB V. PENUTUP

A. Kesimpulan dan Saran.....	71
1. Kesimpulan.....	71
2. Saran.....	71

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di tengah perkembangan zaman modern saat ini, berbagai peristiwa dan kejadian melanda bangsa ini, tidak hanya di bumi pertiwi ini melainkan juga melanda belahan dunia dan negara-negara lainnya.

Berbagai peristiwa tersebut dapat digambarkan, diantaranya adalah terjadinya peperangan antar bangsa, antar suku dan antar negara yang tiada henti-hentinya, resesi ekonomi yang melanda banyak negara, ledakan penduduk yang tidak terkendali lagi oleh upaya perencanaan keluarga, membanjirnya pengungsi dari negara-negara yang dilanda peperangan yang pada gilirannya menimbulkan problema-problema sosial pada negara yang mereka datangi, pencemaran alam akibat limbah-limbah industri, terjadinya bencana alam, pergantian berbagai tata nilai yang serba cepat, munculnya berbagai krisis dalam kehidupan pribadi-kerluarga-masyarakat, melunturnya nilai-nilai tradisi dan penghayatan agama sebagai efek samping dari kemajuan teknologi-industri-modenisasi, dan munculnya berbagai penyakit dan penyakit masyarakat yang mengerikan dan sulit disembuhkan. Sehingga abad ini yang oleh sebagian ilmuwan disebut sebagai abad kecemasan, *The Age of Anxiety* (Bastaman, 2001: 155).

Kasus nyata seperti gejala pelarian hidup, dimana semakin banyaknya orang yang meninggalkan nilai-nilai tradisonal yang berbentuk adat istiadat, kepercayaan terhadap nilai-nilai religius, menandakan kehidupan

manusia pada abad ini penuh dengan berbagai macam persoalan. Manusia beralih pada nilai-nilai materialisme, individualisme, hedonisme, dan modernisme yang akhirnya seringkali membawa efek-efek negatif. Hal ini dapat dilihat dari semakin meningkatnya angka-angka kriminalitas yang disertai tindak kekerasan, perkosaan, pembunuhan, perjudian, penyalahgunaan minuman keras dan narkoba, prostitusi, bunuh diri, gangguan jiwa dan sebagainya. Hal-hal seperti ini tidak asing lagi di tengah kehidupan, dan dapat disaksikan di media-media masa, baik itu elektronik maupun cetak. Inilah sisi gelap yang sangat fatal dari kemajuan zaman modern yang berpengaruh terhadap kehidupan seseorang. Pengaruh modernisasi dapat dilihat secara nyata dalam kehidupan sehari-hari yang seringkali menimbulkan perasaan tidak aman, bingung dan jiwa yang terselimuti keraguan. Ketidakpastian fundamental dan pergeseran nilai dalam berbagai sisi kehidupan yang dapat menghadirkan kehampaan hidup dalam diri seseorang.

Di Indonesia sendiri, khususnya di kota-kota besar, beban psikologis ini sudah mulai lazim dirasakan dan dialami dalam kehidupan pribadi dan keluarga. Hal ini terungkap dalam berbagai keluhan seperti gelisah, serba tidak puas, perasaan serba ragu dan serba salah, frustrasi, sengketa atau konflik batin dan sengketa dengan orang lain, merasa hampa, kehilangan semangat hidup, munculnya berbagai penyakit psikosomatis, keluhan-keluhan lainnya dan perilaku yang mencerminkan ketidaktenangan (Bastaman, 2001: 155).

Belum lagi masalah kesulitan ekonomi yang dirasakan saat ini, di mana segala bahan pokok baik pangan, sandang maupun papan yang serba mahal, sehingga masyarakat kesulitan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, ditambah lagi masalah sulitnya mencari lowongan pekerjaan dan terjadinya pemutusan hubungan kerja (PHK) akibat krisis global yang terjadi saat ini dan semakin mahal biaya pendidikan bagi anak-anak sekolah. Hal-hal atau gejala-gejala psikososial seperti ini dapat juga menambah kesusahan dan kegelisahan hidup yang dirasakan oleh masyarakat, sehingga mereka mulai gamang dan cemas dalam mengarungi kehidupan ini.

Dalam kondisi seperti dikemukakan di atas, nyatalah bahwa rasa tenang dan tenteram mulai didambakan orang. Semua orang ingin bahagia, tetapi hanya sedikit orang yang tahu kemana arah yang harus dituju. Bahkan mereka seringkali salah dalam mengidentifikasi makna kebahagiaan itu sendiri. Kebanyakan yang disangka kebahagiaan ternyata adalah fatamorgana belaka. Yang mereka cari hanyalah kesenangan yang mendatangkan petaka, hiburan tak berguna yang mengundang bencana atau dosa yang justru mematikan benih-benih kebahagiaan di hati. Pada gilirannya justru menambah kecemasan, kegelisahan, hilangnya ketenangan dalam hidup dan akan menambah rasa bersalah dan berdosa.

Menurut Bastaman (2001: 155) untuk mengatasi hal itu mereka melakukan berbagai upaya seperti konsultasi dengan para ahli (dokter, psikolog, psikater), melakukan kegiatan-kegiatan secara berlebihan, melarikan diri dari kenyataan hidup melalui minum-minuman keras dan narkoba,

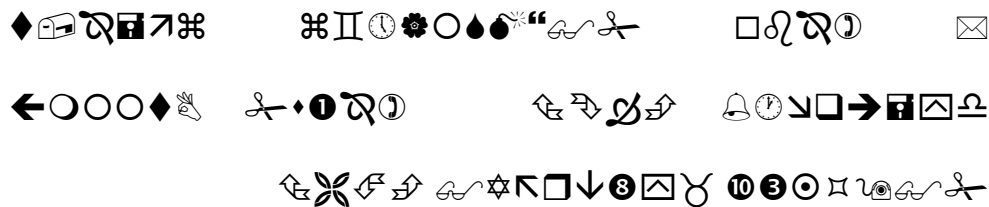
bahkan tidak jarang bagi mereka yang tidak kuat imannya akan menerjunkan diri ke dalam aliran-aliran kebatinan yang batil. Pada akhirnya mereka justru tambah jauh dari kebahagiaan itu sendiri.

Masalah kecemasan (*anxiety*) dan kegelisahan (*retlessness*) merupakan salah satu masalah yang banyak dipelajari, diteliti dan dibahas dalam psikologi. Berbagai teori dan metode terapi untuk memahami dan mengatasi gejala kecemasan telah dikembangkan secara intensif oleh ahli psikologi.

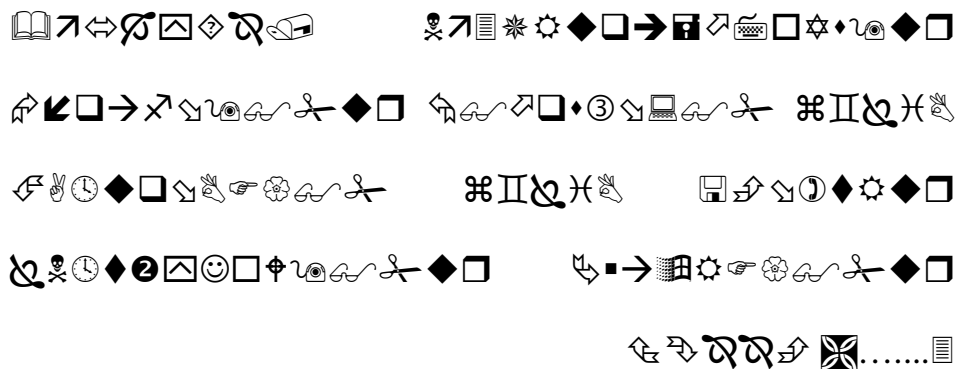
Anxietas atau kecemasan menurut Nevid (2003: 163) adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan menurut Bastaman (2001: 156) adalah ketakutan terhadap hal-hal yang belum terjadi. Perasaan cemas biasanya muncul bila individu berada dalam suatu keadaan yang diduga akan merugikan dan individu merasa akan mengancam dirinya dimana individu merasa tidak berdaya menghadapinya. Sebenarnya apa yang dicemaskan itu belum tentu terjadi. Dengan demikian, rasa cemas itu sebenarnya ketakutan yang diciptakan sendiri. Hampir terhadap semua hal, seorang pencemas selalu khawatir dan takut. Sedangkan menurut Chaplin (2002: 32) kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatian mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Allah SWT telah menjelaskan bahwa pada dasarnya manusia itu memang telah diciptakan dengan membawa emosi cemas atau dengan kata lain manusia diciptakan oleh Allah penuh dengan keluh kesah. Hal ini

menunjukkan bahwa manusia itu memang memiliki potensi kecemasan dalam hidupnya. Sebagaimana firman-Nya dalam surah QS. Al-Ma'arij, 70 : 19-20 dan Al-Baqarah, 2 : 155.



Artinya : Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah (Al-Ma'arij, 70 : 19-20).



Artinya : Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan.....(Al-Baqarah, 2 : 155).

Sekalipun potensi kecemasan itu memang sudah ada sejak individu lahir, namun demikian kecemasan yang tidak beralasan dan berlebihan yang dirasakan oleh individu akan berdampak negatif bagi individu yang mengalaminya. Menurut Bastaman (2001: 156) rasa kecemasan tarafnya bermacam-macam, mulai dari yang paling ringan sampai yang paling berat,

mulai dari kecemasan yang sifatnya normal sampai kecemasan yang merupakan gejala gangguan kejiwaan.

Dari beberapa uraian yang disebutkan di atas, jelaslah bahwa manusia tidak akan terlepas dari rasa cemas dan keresahan, yang menyebabkan hilangnya rasa tenang, tenteram serta kebahagiaan dalam mengarungi kehidupan ini. Menurut Najati (2000: 289) bahwa para ahli psikoterapi berbeda pendapat dalam menentukan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya keresahan atau kecemasan, tetapi mereka sependapat tujuan utama psikoterapi yaitu melepaskan seseorang atau individu dari keresahan atau kecemasan dan membangkitkan perasaan aman dalam dirinya. Berbagai praktek sudah dilakukan, namun tidak sepenuhnya mereka mampu mewujudkan kesembuhan total dari berbagai jenis gejala dan penyakit jiwa.

Najati (2000: 289) mengemukakan, akhir-akhir ini banyak upaya dicurahkan dalam lapangan psikoterapi atas individu-individu yang menderita berbagai goncangan keribadian dan penyakit jiwa, dalam lapangan ini sendiri muncul berbagai metode psikoterapi. Namun semuanya tidak berhasil mencapai keberhasilan yang diharapkan dalam menyembuhkan atau menjaga dari berbagai penyakit jiwa tersebut. Najati (2000: 289) juga mengungkapkan menurut sebagian kajian, peringkat kesembuhan di antara pasien-pasien jiwa yang disembuhkan dengan psikoterapi berkisar antara 60% hingga 64%. Peringkat ini tidaklah memuaskan apabila dibandingkan dengan peringkat pasien jiwa yang berhasil melepaskan diri dari penyakit mereka tanpa

memerima psikoterapi apapun berkisar antar 44% dan 66%. Di samping itu, sebagian pasien menjadi semakin buruk kondisi mereka setelah menjalani psikoterapi. Menurut suatu kajian lain, bahwa para pasien jiwa dari kelompok kontrol yang tidak menerima psikoterapi apapun menunjukkan perbaikan yang seimbang dengan perbaikan yang dialami oleh para pasien yang disembuhkan lewat psikoterapi. Kajian itu juga mengemukakan bahwa sebagai pasien yang menjalani psikoterapi semakin memburuk kondisi mereka. Kajian-kajian itu menunjukkan bahwa peringkat kesembuhan lewat psikoterapi hingga kini belum lagi sampai pada peringkat yang memuaskan.

Hasil penelitian Nashori (www.msi.uui.net) mengungkapkan dzikir yang dijalani seseorang secara berkualitas akan membantu pembentukan wadah psiko-spiritual yang luas dalam sistem kepribadian seseorang. Wadah psiko-spiritual ia gambarkan sebagai danau yang luas. Kalau seseorang memiliki danau yang luas dalam jiwanya, maka mereka menganggap tidak berarti adanya kotoran yang masuk ke danau tersebut. Maksudnya, bila individu memiliki wadah psiko-spiritual yang luas, maka ia tidak akan serta merta menjadi marah besar, putus asa, atau stres, manakala menghadapi musibah atau peristiwa-peristiwa yang tidak menyenangkan lainnya. Namun, kalau wadah psiko-spiritual seseorang sempit, misalnya sesempit gelas, maka bila ada kotoran atau polusi mereka akan merasakan adanya pengaruh buruk atas kehadiran benda-benda tersebut. Adanya danau yang luas, dipengaruhi oleh aktivitas ibadah dan perilaku sehari-hari seseorang, salah satu aktivitas ibadah yang penting adalah berdzikir.

Sejarah agama Islam sudah lama menawarkan dan membekali pemeluknya dalam mengatasi atau menanggulangi penyakit hati atau jiwa seperti kecemasan, gelisah, stress, dan phobia. Berbagai dimensi agama, seperti beriman dan *berdzikir secara berkualitas* disertai dengan berdoa kepada Allah SWT, digunakan para psikoterapis yang menggunakan pendekatan agama dalam rangka meningkatkan kemampuan seseorang atau individu dalam mengatasi kecemasan dan akan menentramkan hati. Hal ini dijelaskan oleh Allah dalam al-Quran surah Ar-Ra'du, 13: 28.



Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram (Ar-Ra'du, 1: 28)

Imam Ibnul Qayyim berkata (dalam Muhsin, 157) Sesungguhnya dengan mengingat Allah (dzikir), Allah akan mengingat hamba-Nya, sebagaimana firman-Nya (QS.Al-Baqarah, 2: 152).



Artinya : Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku,.....(Al-Baqarah, 2: 152).

Berkaitan dengan ibadah dzikir, agama Islam telah memberikan tutunan. Dzikir secara umum menurut Bataman (2001: 158) adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir semua bentuk ibadah dan perbuatan baik, seperti tasbih, tahmid, tamjid, sholat, membaca al-Quran, berdoa, melakukan perbuatan baik dan menghindarkan diri dari kejahatan.

Adanya indikasi keterkaitan antara kualitas dzikir dan kecemasan yang dialami individu. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 15 orang jemaah salafy Mesjid Umar Bin Khatab di Pekanbaru pada tanggal 10 s/d 17 Januari 2009, menunjukkan bahwa diantara jemaah Salafy tersebut ada juga yang mengalami kecemasan dan ada juga yang tidak mengalami kecemasan yang umum dialami oleh masyarakat sehubungan dengan kondisi sulit saat ini, hal ini dapat dilihat dari jawaban yang diberikan yaitu “tidak ada yang mesti dicemaskan dalam menjalani kehidupan walau ditengah-tengah kondisi sulit saat ini, karena hidup dan rizki kita telah diatur dan ditentukan oleh Allah. Tergantung lagi bagaimana kita berusaha dan mendekatkan diri kepada-Nya”. Untuk lebih jelasnya hasil wawancara dapat dilihat dalam lampiran A.

Sementara hasil observasi menunjukan bahwa jemaah salafy tersebut selalu mengamalkan ibadah dzikir disetiap kesempatan. Mereka tidak membiarkan waktu luang mereka berlalu dengan begitu saja, melainkan mereka menyibukkan diri dengan berdzikir kepada Allah atau melakukan ibadah-ibadah lainnya yang dapat mendekat diri kepada Allah. Adapun bentuk-bentuk ibadah dzikir yang mereka lakukan diantaranya adalah:

1. Membaca lafaz-lafaz dzikir, seperti:

a. Tahlil (لا اله الا الله)

Mereka membaca tahlil di luar dzikir setelah sholat fardu sebanyak 100 kali dalam sehari.

b. Tasbih (سبحن الله)

c. Tahmid (الحمد لله)

d. Takbir (الله اكبر)

Kalimat-kalimat tasbih, tahmid, takbir dibaca sebanyak 100 kali dalam setiap selesai sholat lima waktu dan dalam setiap kesempatan.

e. Istigfar (استغفر الله)

Mereka membaca istigfar sebanyak-banyaknya dalam sehari.

f. Basmalah (بسم الله الرحمن الرحيم)

Membaca basmalah disetiap mengawali suatu pekerjaan atau urusan.

2. Sholat wajib (lima waktu) dan sholat-sholat sunat, seperti :

a. Sholat Wajib

b. Sholat Sunnat

a) Sholat Subuh

a) Sholat Rawatib

b) Sholat Zuhur

b) Sholat sunat wuduk

c) Sholat Asyar

c) Sholat Fajar

d) Sholat magrib

d) Sholat Duha

e) Sholat isya

e) Sholat Tahajut

f) Sholat Witir, dll

3. Puasa Wajib (bulan Ramadhan) dan puasa-puasa sunat, seperti :

- a. Puasa Senen-Kamis yang dilakukan secara rutin
 - b. Puasa Tiga hari setiap bulan
 - c. Puasa sunat enam hari di bulan syawal
 - d. Puasa Arafah
4. Membaca Al-Qur'anul Karim.

Mereka membaca Al-quran hampir setiap malam dan setiap sebelum dan selesai melaksanakan sholat Fardu maupun setelah sholat sunat dan di waktu-waktu senggang. Bahkan mereka tidak hanya membaca Al-quran tetapi juga menghafal dan mentadabburnya, sehingga mereka khatam Al-quran satu sampai dua kali setiap bulanya.

5. Menghadiri kajian-kajian ilmiah Islam (majlis ta'lim).
6. Doa dan mengerjakan amalan-amalan sunnah lainnya, sesuai dengan tuntunan Rasulullah SAW.

Hasil observasi dan wawancara tersebut mengindikasikan bahwa jemaah salafy tersebut ada juga yang mengalami kecemasan yang umum dialami orang lain dan ada yang tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi kehidupan ini. Padahal kondisi kehidupan yang serba sulit juga dialami oleh jemaah salafy. Kondisi sulit saat ini sebagaimana yang diberitakan dalam detak Riau malam (11-08-2008) "terjadinya krisis ekonomi global, dimana semua orang mengalami dampaknya baik itu kenaikan harga maupun terjadinya pemutusan hubungan kerja (PHK). Menghadapi situasi seperti ini banyak individu atau masyarakat yang merasa cemas dan takut akan hidupnya karena harga-harga kebutuhan pokok yang mahal dan turunnya

harga sawit dan karet (penghasilan masyarakat) yang drastis, sehingga ada pemilik kebun sawit kesulitan dalam membayar gaji para karyawan dan membayar hutang-hutangnya, sehingga ia terlilit hutang. Individu-individu yang tidak tahan menghadapi himpitan ekonomi seperti ini dan mengalami kecemasan yang berlebihan, maka mereka mencari jalan pintas untuk menyelesaikan permasalahannya tersebut dengan cara bunuh diri.

Kondisi ini diperparah mengingat tidak semua jemaah salafy tersebut berekonomi kuat, banyak dari mereka yang berekonomi lemah atau kurang mampu secara ekonomi, dan tidak mempunyai pekerjaan tetap, di antara mereka ada yang hanya menjadi pedagang kecil dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, kadang kala mereka juga bertukang itupun bila ada tetangga atau orang lain memintanya, banyak dari mereka yang tidak memiliki tabungan untuk hari depannya dan tabungan (deposito) untuk menyekolahkan anak-anak mereka nanti ketingkat yang lebih tinggi, hal ini dikarenakan terbatasnya uang yang dimiliki. Dan masih banyak diantara mereka yang masih belum mempunyai rumah sendiri (masih mengontrak) karena belum adanya uang atau modal untuk membeli atau membangun rumah sendiri. Walaupun demikian di tengah-tengah kondisi sulit ini, Jemaah Salafy tersebut bisa mengatasi rasa cemas, kegelisahan, dan takut dalam mengarungi atau menjalani kehidupannya, mereka tetap bahagia dan optimis akan hidup mereka. Walaupun mereka merasa cemas, kecemasan mereka akan segera hilang setelah mengingat Allah.

Dengan memperhatikan berbagai fenomena yang terjadi sebagaimana telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian akan kebenaran secara empiris hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan (anxiety) pada Jemaah Salafy Mesjid Umar bin Khattab, dalam sebuah skripsi dengan judul: “HUBUNGAN ANTARA KUALITAS DZIKIR DENGAN KECEMASAN (ANXIETY) (*Studi pada Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khattab Kelurahan Delima Pekanbaru*)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut “Apakah ada Hubungan Antara Kualitas Dzikir Dengan Kecemasan (Anxiety) pada Jama’ah Salafy Mesjid Umar Bin Khattab Kelurahan Delima Pekanbaru.

C. Maksud dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengkaji dan mempelajari secara ilmiah hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan. Untuk mencapai maksud di atas, maka tujuan yang akan dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan (anxiety) pada Jemaah Salafy.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan ilmiah

Hasil temuan ini dapat memberikan informasi tentang besarnya mamfaat dzikir dalam mengatasi kecemasan dan diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan di bidang terapi yang

islami. Jika dikembangkan lebih lanjut akan menjadi topik pembahasan khususnya dalam bidang psikologi dan memungkinkan melahirkan satu disiplin ilmu baru dalam psikologi.

2. Kegunaan praktis

Sebagai bahan masukan yang bersifat praktis dan solusi bagi jama'ah salafy khususnya dan orang lain pada umumnya dalam upaya mengatasi kecemasan, dan hendaknya berupaya untuk meningkatkan kualitas dzikirnya, sehingga diharapkan mampu melakukan pembinaan diri dalam mengatasi kecemasan, di samping yang biasa digunakan selama ini dan bisa pula dijadikan model bagi pengembangan ilmu untuk dikembangkan dan diaplikasikan oleh penganut agama masing-masing.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. KECEMASAN

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang banyak dijumpai dan merupakan suatu yang tidak asing lagi dalam kehidupan masyarakat, karena kecemasan merupakan pengalaman universal yang dialami oleh siapa saja, kapan saja dan di mana saja. Menurut Nevid (2003: 163), kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Perasaan cemas biasanya muncul bila individu berada dalam suatu keadaan yang diduga akan merugikan dan individu merasa akan mengancam dirinya dimana individu merasa tidak berdaya menghadapinya. Sebenarnya apa yang dicemaskan itu belum tentu terjadi. Dengan demikian kecemasan itu sebenarnya ketakutan yang diciptakan sendiri. Hampir terhadap semua hal, seorang pencemas selalu khawatir dan takut.

Atkinson (1999: 212) mengungkapkan kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut, yang kadang-kadang dialami individu dalam tingkat yang berbeda-beda. Daradjat (1990) menjelaskan kecemasan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika

orang sedang mengalami tekanan perasaan (*frustasi*) dan pertentangan batin (konflik).

Haber dan Ruyon (1984: 126) memberikan pengertian bahwa kecemasan adalah perasaan ketidaknyamanan yang tidak beralasan, suatu pertanda bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan akan termanifestasi dalam empat hal yaitu pikiran seseorang, kebiasaan, reaksi fisik atau biologis dan perasaan. Menurut Chaplin (2003: 32) kecemasan adalah:

- a. Perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.
- b. Rasa takut atau kekhawatiran kronis pada tingkat yang ringan.
- c. Kekhawatiran/ketakutan yang kuat dan meluap-luap.
- d. Suatu dorongan skunder mencakup suatu reaksi penghindaran yang dipelajari.

Maesermann (dalam Fahmi, 1997: 26) mengatakan bahwa kecemasan adalah keadaan tegang yang umum, timbul karena terjadinya pertentangan-pertentangan antara dorongan-dorongan dan usaha individu untuk menyesuaikan diri. Berarti kecemasan tidak lain dari bentuk lahir dan proses yang bercampur baur yang terjadi ketika terjadinya frustrasi dan konflik. Seperti pada proses emosi lainnya, kecemasan bisa disadari dan tidak disadari. Kecemasan yang disadari terlihat dari gejala berikut, yaitu takut, ngeri, rasa lemah, rasa terancam, panik, gugup, gelisah, berkeringat, dan seterusnya, akan tetapi disamping perasaan-perasaan tersebut, kecemasan mengandung pula proses-proses yang kompleks dan bercampur baur yang banyak bekerja tanpa disadari

oleh individu, yang berarti bahwa individu merasa cemas tanpa mengetahui faktor-faktor jelas yang mendorongnya ke arah itu. Atkinson (1993: 249) mengatakan individu yang mengalami kecemasan selalu serba salah atau khawatir dan cenderung membarikan reaksi yang berlebihan pada stress yang ringan.

Sementara itu kecemasan menurut Lazarus (dalam Samudi, 2009: 13) mempunyai dua arti, yaitu:

- 1) Kecemasan sebagai respon digambarkan sebagai suatu pengalaman yang dirasakan tidak menyenangkan serta diikuti dengan suasana gelisah, bingung, khawatir dan takut. Bentuk kecemasan ini dibedakan menjadi dua, yaitu:
 - a. *State anxiety*, merupakan gejala kecemasan yang sifatnya tidak menetap pada diri individu dihadapkan pada situasi tertentu, gejala ini akan tampak selama situasi tersebut masih ada.
 - b. *Trait anxiety*, kecemasan yang tidak tampak langsung dalam tingkah laku tetapi dapat dilihat frekuensi dan intensitas keadaan kecemasan individu sepanjang waktu, merupakan kecemasan yang sifatnya menetap pada diri individu dan timbul dari pengalaman yang tidak menyenangkan pada awal kehidupan. Kecemasan tersebut berhubungan dengan kepribadian individu yang merupakan disposisi pada individu untuk menjadi cemas.
- 2) Kecemasan sebagai *intervening variable*, disini kecemasan lebih mempunyai arti sebagai *motivating solution*, artinya situasi kecemasan tersebut dapat mendorong individu agar dapat mengatasi masalah.

Berdasarkan dari teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan psikologis yang merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur. Dimana individu terus menerus berada dalam perasaan khawatir, kegelisahan dan ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi tanpa adanya sebab-sebab yang jelas.

2. Sumber Kecemasan

Masalah kecemasan timbul karena adanya ketakutan terhadap hal-hal yang belum terjadi. Perasaan cemas biasanya muncul bila individu berada dalam suatu keadaan yang diduga merugikan dan dipandang mengancam diri pada saat individu merasa tidak mampu menghadapinya. ([www. Dzikir. com](http://www.Dzikir.com)).

Freud (dalam Harlock 1994: 77) mengatakan bahwa kecemasan dapat disebabkan oleh dua *impuls* yaitu *impuls* yang datang dari luar dan *impuls* yang datang dari dalam diri individu. Darajat (1990: 27) menyebutkan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan antara lain:

- a. Cemas yang timbul akibat melihat dan mengetahui ada bahaya dekat yang mengancam dirinya, cemas ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya jelas terlihat dalam pikiran.
- b. Rasa cemas yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk yang paling sederhana ialah cemas yang kurang jelas dan tidak ada hubungannya dengan yang lain serta takut mempengaruhi keseluruhan pribadi.
- c. Cemas karena merasa berdosa/bersalah karena melakukan hal-hal berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani, cemas ini sering pula

menyangkut gejala-gejala gangguan jiwa yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk umum.

Diantara sebab timbulnya faktor-faktor kecemasan tersebut adalah karena lingkungan yang penuh dengan berbagai konflik dan pertentangan yang mengandung bermacam-macam tekanan dan halangan (dalam Ruzita, 2005: 13). Kondisi lingkungan saat ini yang tidak menentu akibat keterpurukan ekonomi dan perubahan tata nilai yang serba cepat yang dirasakan oleh individu dan masyarakat, dapat menjadi tekanan dan halangan bagi individu tersebut dalam menjalani kehidupan dan pemenuhan kebutuhannya, tekanan dan halangan ini nantinya justru memicu terjadinya kecemasan.

Menurut Tallis (dalam Kartono, 1985: 50) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, antara lain:

- a. Ketakutan yang terus-menerus, disebabkan oleh kesusahan-kesusahan dan kegagalan yang bertubi-tubi.
- b. Dorongan-dorongan seksual yang tidak mendapat kepuasan dan terhambat hingga menimbulkan konflik.
- c. Kecenderungan kesadaran diri yang terhalang.
- d. Represi terhadap bermacam-macam masalah emosional tetapi tidak bisa berlangsung secara sempurna.

Adapun stresor pencetus dari kecemasan (Stuart & Sundeen, 1998: 181) mungkin berasal dari sumber internal dan eksternal. Stresor pencetus dapat dikelompokkan dalam dua kategori :

- a. *Ancaman terhadap integritas seseorang* meliputi ketidakmampuan fisiologis yang akan datang atau menurunnya kapasitas untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari.
- b. *Ancaman terhadap sistem diri seseorang* yang dapat membahayakan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang terintegrasi seseorang.

3. Gejala Kecemasan

Seseorang yang mengalami kecemasan menurut Nevid (2003: 164) dapat dilihat dari beberapa indikasi berikut ini:

- 1) Pada aspek fisik ditandai dengan:
 - a. Kegelisian
 - b. Denyut jantung cepat
 - c. Berkeringat
 - d. Pusing
- 2) Pada aspek behavioral ditandai dengan:
 - a. Perilaku menghindar
 - b. Perilaku melekat dan dependen
 - c. Perilaku terguncang
- 3) Pada aspek kognitif ditandai dengan:
 - a. Khawatir tentang sesuatu
 - b. Keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas
 - c. Berpikir bahwa semuanya tidak bisa lagi dikendalikan

Hawari (2001: 505) mengungkapkan keluhan-keluhan akan dikemukakan orang yang mengalami gangguan kecemasan antara lain sebagai berikut:

- a. Cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung.
- b. Merasa tegang, tidak tenang, gelisah, mudah terkejut.
- c. Takut kesendirian, takut kematian dan banyak orang.
- d. Gangguan pola tidur, mimpi yang menegangkan.
- e. Gangguan konsentrasi dan daya ingat.

Dalam bukunya *Principle of Psychotherapy: An Experimental Approach* Maher (dalam Sobur, 2003: 346) menyebutkan tiga komponen dari reaksi kecemasan yang kuat sebagai berikut:

- a. Emosional, orang tersebut mempunyai ketakutan yang amat sangat dan secara sadar.
- b. Kognitif, ketakutan yang meluas dan sering berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih, memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan.
- c. Psikologis, tanggapan tubuh terhadap rasa takut berupa pengerasan diri untuk bertindak, baik tindakan itu dikehendaki atau tidak.

Menurut Fahmi (1997: 29) gejala-gejala kecemasan mempunyai penampilan atau gejala yang bermacam-macam diantaranya:

- 1) Gejala jasmani (fisiologis) yaitu ujung-ujung anggota badan dingin, keringat mengucur, gangguan pencernaan, cepatnya denyut jantung, tidur terganggu, kepala pusing, nafsu makan dan pernapasan terganggu.
- 2) Gejala kejiwaan antara lain, sangat takut, rasa akan terjadi bahaya atau penyakit, tidak mampu memusatkan perhatian atau sulit konsentrasi, selalu terasa akan terjadi kesuraman, kelemahan dan kemurungan, hilang kepercayaan dan ketenangan, dan ingin lari dari menghadapi suasana hidup.

Dari hal-hal di atas dapat disimpulkan bahwa gejala-gejala kecemasan meliputi beberapa aspek, yaitu aspek fisik (fisiologis), psikologis dan aspek kognitif.

4. Macam-macam Kecemasan

Freud (dalam Fahmi, 1977: 27) berpendapat bahwa kecemasan ada tiga macam yaitu:

- 1) Kecemasan obyektif (*obyectiv anxiety*)

Kecemasan obyektif adalah reaksi terhadap pengenalan akan adanya bahaya luar, atau kemungkinan bahaya yang disangkanya akan terjadi.

- 2) Kecemasan penyakit

Menurut Freud kecemasan penyakit tampak dalam tiga bentuk yaitu:

- a. Kecemasan umum

Kecemasan yang paling sederhana karena tidak berhubungan dengan sesuatu hal tertentu, yang terjadi hanyalah individu merasa takut yang samar dan umum serta tidak menentu.

- b. Kecemasan penyakit

Kecemasan ini mencakup pengenalan terhadap obyek atau situasi tertentu sebagai penyebab dari kecemasan. Misalnya orang takut melihat darah atau serangga.

c. Kecemasan dalam bentuk ancaman

Kecemasan ini disertai dengan gangguan kejiwaan seperti hysteria. Orang yang mengalami gejala tersebut kadang-kadang merasa cemas karena takut akan terjadi hal itu. Ketakutan akan hal itu merupakan ancaman.

3) Kecemasan moral dan merasa berdosa

Kecemasan dan rasa berdosa timbul akibat tekanan dari zat yang tinggi. Rasa berdosa, seperti keadaan cemas penyakit dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti dalam bentuk cemas umum yang meluas tanpa disadari suasana yang menyertainya atau dalam bentuk takut penyakit atau dalam bentuk cemas yang berhubungan dengan gejala itu sendiri.

Sementara itu, Stuart & Sundeen (1998: 175-176) membagi tingkat kecemasan sebagai berikut:

1) Kecemasan Ringan

Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan lahan persepsinya. Kecemasan dapat memotivasi individu untuk hidup dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.

2) Kecemasan Sedang

Memungkinkan seseorang untuk memusatkan hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.

3) Kecemasan Berat

Sangat mengurangi lahan persepsi seseorang. Individu cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terperinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area yang lain.

4) Tingkat Panik dari Kecemasan

Berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror, rincian terpecah dari proporsinya. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Panik melibatkan disorganisasi kepribadian. Dengan panik, terjadi peningkatan aktifitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat kecemasan ini tidak sejalan dengan kehidupan, dan jika berlangsung terus dalam kurun waktu yang lama, dapat terjadi kelelahan yang sangat, bahkan kematian.

B. KUALITAS DZIKIR

1. Pengertian Dzikir

Menurut Ash Shiddieqy (dalam Nashori, 2005 : 42), dzikir adalah menyebut, menuturkan, mengingat, mengerti, ucapan lisan, getaran hati sesuai cara-cara yang diajarkan oleh agama, dalam rangka mendekatkan diri kepada

Allah SWT atau dengan mengerjakan segala rupa taat kepada-Nya. Adapun jenis-jenis bacaan untuk berdzikir adalah bacaan tasbih (*subhanallah*), bacaan tahmid (*alhamdulillah*), kalimat thayyibah (*la ilaha illallah*), takbir (*allahu akbar*), bacaan hauqallah (*la haula wala quwwata illa billahil 'aliyyil 'adhim*), bacaan shalawat Nabi (*allahumma shalli 'ala Muhammad wa'ala ali Muhammad*), dan sejenisnya.

Dzikir menurut Bastaman (2001: 158) dibagi dalam dua artian, yaitu umum dan khusus. Dalam arti umum dzikir adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir semua bentuk ibadah dan perbuatan baik, seperti tasbih, tahmid, tamjid, sholat, membaca al-Quran, berdoa, melakukan perbuatan baik dan menghindarkan diri dari kejahatan. Dalam arti khusus dzikrullah adalah menyebut nama Allah sebanyak-banyaknya dengan memenuhi tata tertib, metode, rukun, dan syaratnya. Dzikrullah adalah benar-benar perintah Allah dan Rasul-Nya, dan bukan ciptaan atau diada-adakan oleh manusia. Menurut Imam Ibnul Qayyim (dalam 'Abdillah, 2007: 13) dzikir adalah menghindarkan diri dari kelalaian dan lupa kepada Allah.

Sukmono (2008: 1) mengatakan dzikir berarti ingat. Lafaz dzikir adalah bacaan yang suci untuk mengingat Allah. Berdzikir adalah melakukan atau membaca bacaan yang suci yang menyebabkan seseorang ingat kepada Allah dengan segala kebesaran-Nya. Demikian pula setiap pekerjaan yang menimbulkan ingat kepada Allah juga disebut dengan dzikir. Oleh karena itu, aktivitas dzikir atau keagamaan seperti majlis ilmu yang mengkaji masalah-

masalah keagamaan yang dilakukan secara bersama-sama dalam agama Islam disebut juga dengan Majelis Dzikir.

Zikir merupakan upaya untuk mengingat atau menghubungkan diri secara langsung dengan Allah, baik dengan lisan atau qalbu atau memadukan secara simponi. Pada dasarnya hakikat dzikir itu sendiri adalah mengingat Allah dengan cara:

- 1) Mengucapkan kalimat-kalimat dzikir dengan lisan (dzikir lisani)
- 2) Memikirkan dan menyadari bahwa semua gerak alam ini Allah lah yang menjadi sumbernya (dzikir 'aqliyah)
- 3) Senantiasa merasakan kehadiran Allah dan selalu bersama-sama dengan-Nya (dzikir qalbiyah)
- 4) Taqwa (mengerjakan yang *ma'ruf* atau segala perintah-perintah Allah dan meninggalkan yang mungkar/ larangan-larangan Allah) yang diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari (dzikir amali)

Berdasarkan konsep yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan dzikir adalah segala perbuatan mengingat Allah dengan keagungan-Nya, yang mencakup semua ibadah dan perbuatan baik yang dapat mendekatkan diri dan ingat kepada Allah.

2. Kualitas Dzikir

Kualitas dalam kamus besar Bahasa Indonesia karangan Poerwadarminto (dalam Nashori, 2005: 43) diartikan sebagai keadaan yang menunjukkan kedalaman aktivitas suatu hal. Dengan demikian yang dimaksud

kualitas dzikir adalah keadaan yang menunjukkan kedalaman aktivitas berdzikir. Orang yang memiliki kemauan kuat memiliki keinginan untuk bisa berdzikir dalam berbagai kesempatan dimanapun berada.

Kualitas dzikir menurut Ash Shiddieqy (dalam Nashori, 2005: 43) ditandai dengan *niat, taqarrub, tadarru', ihsan, khauf dan tawaddu'*. Secara lebih rinci dapat dijelaskan sebagai berikut :

- a. **Niat** adalah adanya kemauan yang kuat untuk melakukan dzikir. Orang yang memiliki kemauan kuat memiliki keinginan yang kuat untuk melakukan dzikir dalam berbagai kesempatan dimanapun berada.
- b. **Taqarrub** adalah perasaan dekat sekali dengan Allah '*azzawajalla* sewaktu melakukan dzikir. Individu yang taqarrub merasa bahwa Allah begitu dekat, bahkan sampai lebih dekat dari urat lehernya sendiri.
- c. **Ihsan** yaitu perasaan seakan-akan melihat Allah atau Allah melihatnya saat yang bersangkutan berdzikir.
- d. **Tadarru'** yaitu merasa tenang dan rendah diri di hadapan Allah.
- e. **Khauf** adalah merasa takut dengan kekuasaan dan kekuatan Allah.
- f. **Tawaddu'** yaitu merendahkan diri di hadapan manusia atau tidak sombong.

Dengan demikian Kualitas dzikir adalah suatu perilaku atau keadaan yang menunjukkan kedalaman aktivitas berdzikir yang ditandai dengan adanya *niat, taqarrub, tadarru', ihsan, khauf dan tawaddu'*.

3. Bentuk-bentuk dzikir

Bentuk-bentuk ibadah dzikir (dalam Ash Shiddieqy, 1997: 37) antara lain adalah:

- a. Tahlil/kalimat thayyibah (لا اله الا الله)

- b. Tasbih (سبحن الله)
- c. Tahmid (الحمد لله)
- d. Takbir (الله اكبر)
- e. Basmalah (بسم الله الرحمن الرحيم)
- a. Istighfar (استغفر الله)
- b. Hasbalaah
- c. Hauqolah
- d. Membaca Al-Quran
- e. Doa-doa yang ma'tsur, yaitu doa yang diterima dari NABI SAW
- f. Mengerjakan segala perintah agama yang diwajibkan Allah dan menjahui segala laranganNya.

4. Manfaat dzikir

‘Aidh al-Qarni, (2006: 29) menyebutkan dzikrullah merupakan surga Allah di bumi, barang siapa yang tidak pernah memasukinya maka ia tidak akan pernah masuk ke dalam surga Allah di akhirat nanti, dan berdzikir kepada Allah merupakan penyelamat jiwa dari berbagai kerisauan, kecemasan, kegundahan, kekesalan dan kegoncangan. Dan dzikir merupakan jalan pintas paling mudah untuk meraih kemenangan dan kebahagiaan hakiki. Dengan berdzikir kepada Allah awan ketakutan, kegalauan, kecemasan dan kesedihan akan sirna. Bahkan dengan berdzikir kepada-Nya segunung tumpukan beban kehidupan dan permasalahan hidup akan runtuh dengan sendirinya.

Menurut Arifin (dalam Basri, 2004: 10) dzikir merupakan aktivitas iman diwujudkan oleh dzikir hati, 'aqal, lisan dan amali. Apabila ke empat elemen dzikir tersebut berfungsi dengan baik, artinya lisan sering mengucapkan dzikir, lalu akal memikirkan kejadian alam atau lingkungan (sumber psikososial) sebagai ciptaan Allah dan hati menghayati dengan pengalaman religinya yang diwujudkan dengan perbuatan, merupakan salah satu cara memperoleh pola pikir yang akan memberikan penafsiran atau persepsi positif terhadap musibah/stressor (masalah-masalah kehidupan yang dapat menimbulkan kecemasan).

Dzikrullah dalam segala bentuknya dapat mengantarkan para pelakunya meraih keberuntungan dan kebahagiaan hidup karena orang yang selalu berdzikir akan diingat oleh Allah. Jika seseorang diingat oleh Allah maka hatinya akan tenang, tenteram, damai dan tidak dihindangi penyakit hati seperti rasa takut atau sedih. Dengan demikian ia akan merasakan kebahagiaan hidup yang hakiki, baik di dunia maupun di akhirat ([www. Dzikir. com](http://www.Dzikir.com)).

Mengenai manfaat berdzikir dalam kehidupan Ash Shiddieqy (dalam Basri, 2004: 10-11) memaparkan 20 faedah dzikir yang diberikan Allah kepada orang-orang berdzikir, yaitu :

- 1) Bersikap baik sangka kepada Allah
- 2) Mendapatkan kasih sayang Allah
- 3) Allah memujinya di hadapan hamba-hambanya
- 4) Mendapat petunjuk dan bimbingan dari Allah
- 5) Bebas dari bala

- 6) Hidup tidak merasa ragu-ragu dan was-was
- 7) Merasa bahagia baik di dunia maupun di akhirat nanti
- 8) Mendapatkan derajat yang tinggi di sisi Allah
- 9) Hati atau jiwa menjadi tenang
- 10) Mengokohkan keimanan dan keislaman
- 11) Dimuliakan Allah di hari kiamat
- 12) Lepas dari penyesalan
- 13) Malaikat menjaganya
- 14) Allah dan malaikat memuji orang yang berdzikir
- 15) Dapat membahagiakan orang yang disekitarnya
- 16) Dilihat oleh orang lain bahwa dia orang yang baik
- 17) Mendapatkan keampunan dan mendapatkan ridho Allah
- 18) Bebas dari kepasikan dan bebas dari durhaka
- 19) Sebagai contoh atau ukuran disisi Allah
- 20) Dikasihi Nabi dan para Syuhada.

Sementara itu Bastaman (2001: 159) menyebutkan manfaat yang diperoleh dari pelaksanaan dzikrullah adalah sebagai berikut : **Pertama**, dzikrullah sebagai sarana ‘komunikasi’ untuk mendekatkan diri kepada Allah, sebagaimana dijelaskan dalam firman Allah (dalam QS. Al-Baqarah, 2 : 152) yang artinya: Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.

Kedua, menjadi golongan yang unggul. Berdasarkan hadist Rosulullah, ternyata golongan yang unggul (*al-Mufarridun*) adalah mereka yang banyak melakukan dzikrullah. *Rosulullah SAW bersabda : terlebih dahulu maju adalah al-Mufarridun.*” Para sahabat bertanya siapakah al-Mufarridun itu ya Rasulullah?” Nabi menjawab : *Yaitu mereka yang banyak melakukan dzikrullah, laki-laki dan wanita.*

Ketiga, Allah menyediakan ampunan dan pahala yang banyak bagi mereka yang banyak melakukan dzikrullah, sebagai mana dijelaskan dalam firman-Nya (dalam QS. Al-Ahzab, 33: 35) yang artinya:.....laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar.

Keempat, dzikrullah membentengi diri dari segala siksa dan bencana.

Laa ilaaha illallah (kalimat Allah) itu adalah perkataan-Ku dan ia adalah Aku, siapa yang menyebutnya masuklah ia kedalam benteng-Ku, dan barang siapa yang masuk kedalam benteng-Ku terpeliharalah ia dari siksa-Ku. (HR. Ibnu Hajar).

Kelima, dzikrullah menunda datangnya hari kiamat. Betapa hebatnya dan dahsyatnya kekuatan dzikrullah terungkap dalam sebuah hadist yang diriwayatkan oleh Imam Musliam. “ *Tiada akan datang kiamat, kecuali bila tidak ada lagi orang yang menyebut Allah, Allah (HR. Imam Muslim).*

Menurut ‘Abdillah (2007: 17-25) keutamaan atau manfaat dzikir sangat banyak tertuang di dalam al-Quran dan As-Sunnah, di antaranya adalah: (1) mendapat pahalah yang melimpah. (2) diingat oleh Allah. (3) menghidupkan

hati. (4) dipuji di hadapan para Malikat. (5) amalan yang paling utama. (6) orang yang beruntung yang banyak berdzikir. (7) obat penawar hati, menghilangkan resah dan kesedihan dan mendatangkan perasaan lapang dan gembira.

Dari uraian di atas, jelaslah betapa banyak dan besarnya manfaat-manfaat dari dzikrullah tersebut. Bila dilakukan secara rutin dan berkualitas tentu dapat membentengi seseorang/individu dari kecemasan dalam hidup ini.

C. Kerangka Pemikiran, Asumsi, dan Hipotesis

1. Kerangka Pemikiran

Teori utama yang digunakan dalam mengkaji dan membahas persoalan dalam penelitian ini adalah teori kualitas dzikir yang dikemukakan oleh Ash Shiddiqey (dalam Nashori, 2005: 42) dan teori kecemasan (anxiety) yang dikemukakan oleh Nevid (2003: 163).

Manusia merupakan makhluk yang memiliki berbagai macam kebutuhan, baik itu kebutuhan lahiriah maupun batiniah. Dalam proses pencapaian kebutuhan tersebut tidak semuanya yang benar-benar dapat terpenuhi dan terealisasi sesuai dengan apa yang diharapkan oleh individu tersebut, karena dalam menjalani kehidupan ini manusia senantiasa dihadapkan dengan berbagai persoalan dan rintangan dalam hidupnya. Manusia juga memiliki lapisan hidup kejiwaan sadar dan ketidaksadaran, keduanya saling pengaruh mempengaruhi perkembangan hidup individu yang bertitik lingkaran pada masalah pemenuhan kepuasan batiniah dan lahiriah. Bila mana dalam perkembangannya manusia senantiasa memperoleh pemuasan-pemuasan itu, maka jiwanya menjadi sehat, merasa aman dan tenteram. Sebaliknya bila tidak

terpenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut secara layak, maka manusia itu akan mengalami tekanan perasaan dan akan menyebabkan seseorang itu akan mengalami gangguan kecemasan.

Kecemasan menurut menurut Nevid (2003: 163) adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak hal yang harus dicemaskan, misalnya kesehatan, relasi sosial, ujian, karier, relasi internasional, ekonomi, dan kondisi lingkungan.

Menurut Nevid (2003: 162) adalah normal, bahkan sedikit adaptif untuk sedikit cemas akan aspek-aspek hidup tersebut. Kecemasan bermamfaat bila hal tersebut mendorong individu untuk melakukan tindakan pencegahan atau prefentif, misalnya melakukan pemeriksaan medis secara reguler atau memotivasi diri untuk belajar menjelang ujian. Kecemasan adalah respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatnya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila sepertinya datang tanpa adanya penyebab tertentu, yaitu bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuknya yang ekstrim kecemasan dapat mengganggu fungsi individu sehari-hari.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya rasa cemas yang tidak beralasan dan berlebihan akan berdampak negatif bagi individu yang mengalaminya, kendatipun rasa cemas tersebut sudah ada sejak manusia itu diciptakan. Jelaslah bahwa manusia tidak akan terlepas dari rasa cemas tersebut, yang menyebabkan hilangnya rasa tenang, tenteram, kebahagiaan dalam

menjalani kehidupan ini. Bastaman (200: 157) mengemukakan sebuah terapi yang dapat menghadirkan rasa *tumakninah*, yakni perasaan tenang dan tenteram yang mendalam sebagai anugerah Allah SWT, yaitu terapi yang bersumber dari Al-Quran, dalam surah Ar-Ra'du, 13: 28.



Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram (Ar-Ra'du, 13: 28)

Hal senada juga diungkapkan oleh Rasulullah SAW dalam hadistnya yang diriwayatkan oleh Imam Muslim (dalam Bastaman, 2001: 158) ”*Apabila duduk suatu kaum mengucapkan dzikir kepada Allah, maka melingkungi akan mereka para malaikat dan meliputi akan mereka rahmat, dan turun atas mereka sakinah (rasa tenteram dan tenang yang mendalam), dan Allah mengingat mereka dalam sisi-Nya.(H.R.Imam Muslim).*

Ayat dan Hadist di atas mengandung makna bahwa ketenangan dan ketenteraman hati (*tuma'ninah dan sakinah*) akan diperoleh sebagai ganjaran apabila melakukan suatu ibadah dengan mengingat Allah atau dzikrullah. Juga merupakan dasar keyakinan umat Islam secara mutlak, bahwa orang yang beriman bila berdzikir hatinya menjadi tenang dan merasa aman dari bahaya

sehingga dapat meningkatkan kemampuannya dalam mengatasi kecemasan dalam hidup ini dan mendapatkan petunjuk untuk menenangkan hati. Karena kebahagiaan dan kedamaian hati hanyalah muncul tatkala seseorang mengingat Allah (Muhsin, 157). Dalam khazanah Islam mengingat Allah itu di sebut dengan dzikir/dzikrullah

Menurut Ash Shiddieqy (dalam Nashori, 2005 : 42) dzikir adalah menyebut, menuturkan, mengingat, mengerti, ucapan lisan, getaran hati sesuai cara-cara yang diajarkan oleh agama, dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT atau dengan mengerjakan segala rupa taat kepada-Nya.

Kalimat-kalimat dan aktivitas-aktivitas dzikir seperti telah dikemukakan di atas, sangat mungkin diucapkan dan dilakukan oleh setiap individu yang beragama Islam. Namun kualitasnya tentu akan berbeda antar individu. Kualitas dalam kamus besar Bahasa Indonesia karangan Poerwadarminto (dalam Nashori, 2005:43), diartikan sebagai keadaan yang menunjukkan kedalaman aktivitas suatu hal. Dengan demikian yang dimaksud kualitas dzikir adalah keadaan yang menunjukkan kedalaman aktivitas berdzikir.

Adapun kualitas dzikir menurut Ash Shiddieqy (dalam Nashori, 2005: 43) ditandai dengan *niat*, *taqarrub*, *tadarru'*, *ihsan*, *khauf* dan *tawadduu'*. **Pertama niat**, adalah adanya kemauan yang kuat untuk melakukan dzikir. Orang yang memiliki kemauan kuat memiliki keinginan yang kuat untuk melakukan dzikir dalam berbagai kesempatan dimanapun berada. **Kedua taqarrub**, adalah perasaan dekat sekali dengan Allah '*azzawajalla* sewaktu

melakukan dzikir. Individu yang taqarrub merasa bahwa Allah begitu dekat, bahkan sampai lebih dekat dari urat lehernya sendiri. **Ketiga ihsan**, yaitu perasaan seakan-akan melihat Allah atau Allah melihatnya saat yang bersangkutan berdzikir. **Keempat tadarru'**, merasa tenang dan rendah diri di hadapan Allah. **Kelima khauf**, merasa takut dengan kekuasaan dan kekuatan Allah. **Kenam tawaddu'**, yaitu merendahkan diri di hadapan manusia atau tidak sombong.

Secara psikologis, efek dari perbuatan mengingat Allah dalam alam kesadaran individu, akan berkembanglah penghayatan akan kehadiran Tuhan yang Maha Pemurah dan Maha Pengasih, yang senantiasa mengetahui segala tindakan individu baik yang nyata (*overt*) maupun yang tersembunyi (*covert*). Dampak dari penghayatan akan kehadiran Tuhan itu, maka akan timbullah kesadaran bahwa ia tidak merasa hidup sendiri di dunia ini, karena ada Dzat yang Maha mendengar keluh kesahnya yang mungkin tidak dapat diungkapkan kepada siapapun, sehingga individu tidak merasa cemas lagi dalam menjalani setiap kehidupan yang ia lalui karena ia meyakini dan ingat bahwa Allah selalu menjaga dan memeliharanya.

Selain itu, pelaksanaan dzikrullah yang dilakukan dengan sikap rendah hati dan suara yang lemah lembut sesuai dengan perintah Allah (dalam surah QS. Al-A'raaf, 7: 205) akan membawa dampak relaksasi dan ketenangan bagi mereka yang melakukannya. Relaksasi jika dilakukan dengan baik dapat dijadikan sebagai terapi kecemasan dengan pengendoran otot-otot tubuh (otot tangan, kaki, muka, leher, otot-otot rongga dada) kesamaannya disini adalah

sholat. Sholat merupakan bagian ibadah dzikir yang terpenting dan di dalam sholat terdapat beberapa gerakan yang dapat mengendorkan otot-otot yang tegang dan sebaliknya. Jika seluruh sholat tersebut, baik sholat fardu maupun sunat didirikan dengan baik dan benar serta rutin akan lebih efisien dan berguna dari relaksasi lainnya dan akan lebih pasti meyegarkan tubuh dan menyehatkan mental sehingga terbebas dari kecemasan.

Disisi lain, penyebutan lafaz-lafaz dzikir dengan rendah hati dan suara yang lemah lembut akan dapat menenangkan dan merileks pikiran (kognitif) dan hati, sehingga pikiran akan selalu tenang dan hatipun menjadi tenteram sebab yang disebut disini adalah nama-nama atau lafaz-lafaz Allah yang Agung. Secara sederhana, hal di atas dapat dirumuskan, bila individu ingin mendapatkan rasa tenang dan tenteram serta terbebas dari kecemasan, maka dekatilah Dia yang Mahatenang dan yang Mahatenteram (Allah), agar menghimpas sifat-sifat itu kepada individu tersebut. Menurut Bastaman (2001: 158) Disini berlaku semacam hukum imbasan, yaitu dekat dengan api menjadi panas, dekat dengan air menjadi basah, dekat wangi-wangian turut menjadi wangi, dekat dengan yang Mahatenang dan Mahatenteram turut menjadi tenang dan tenteram, karena terimbas oleh sifat-sifat yang didekati itu.

Selain itu kognitif memegang peranan penting dalam mengolah setiap stimulus-stimulus yang diterima oleh otak. Menurut Jalaluddin (2000: 67) kognitif adalah tempat proses berpikir, berpikir dapat mempengaruhi penafsiran individu terhadap stimuli. Berpikir terhadap suatu stimuli bila disertai dengan

pengalaman religi (seperti dzikirullah) maka penafsiran atau persepsi individu akan cenderung mengarah kepada yang positif.

Selanjutnya penyebutan dan ingatan pada Tuhan (*dzikrullah*) secara terus menerus dengan penuh kehidmatan (QS. Al-A'raaf, 7: 205) akan membiasakan hati sanubari senantiasa dekat dan akrab dengan sang Kholik. Efeknya akan berkembanglah kecintaan yang mendalam kepada Allah (*hubbullah*) dan akan mantaplah hubungan dengan Tuhannya (*hablum minallah*). Sehingga individu bisa menerima dan mensyukuri setiap apa yang telah ditentukan oleh Allah kepadanya baik itu berupa kebahagiaan maupun kesulitan. Hal ini sesuai dengan pandangan S.Rahman (1996: 16) yang menyebutkan, orang-orang yang dekat dengan Allah akan selalu dapat menikmati segala hal yang ia alami, baik itu kesulitan maupun keindahan. Karena itu ia tidak mudah putus asa dan tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan atau kegagalan. Bagi dia kesulitan dan kegagalan hanyalah sebuah proses pendewasaan diri yang diajarkan Allah hingga individu akan lebih mudah untuk menghadapi kesulitan-kesulitan lain yang lebih besar.

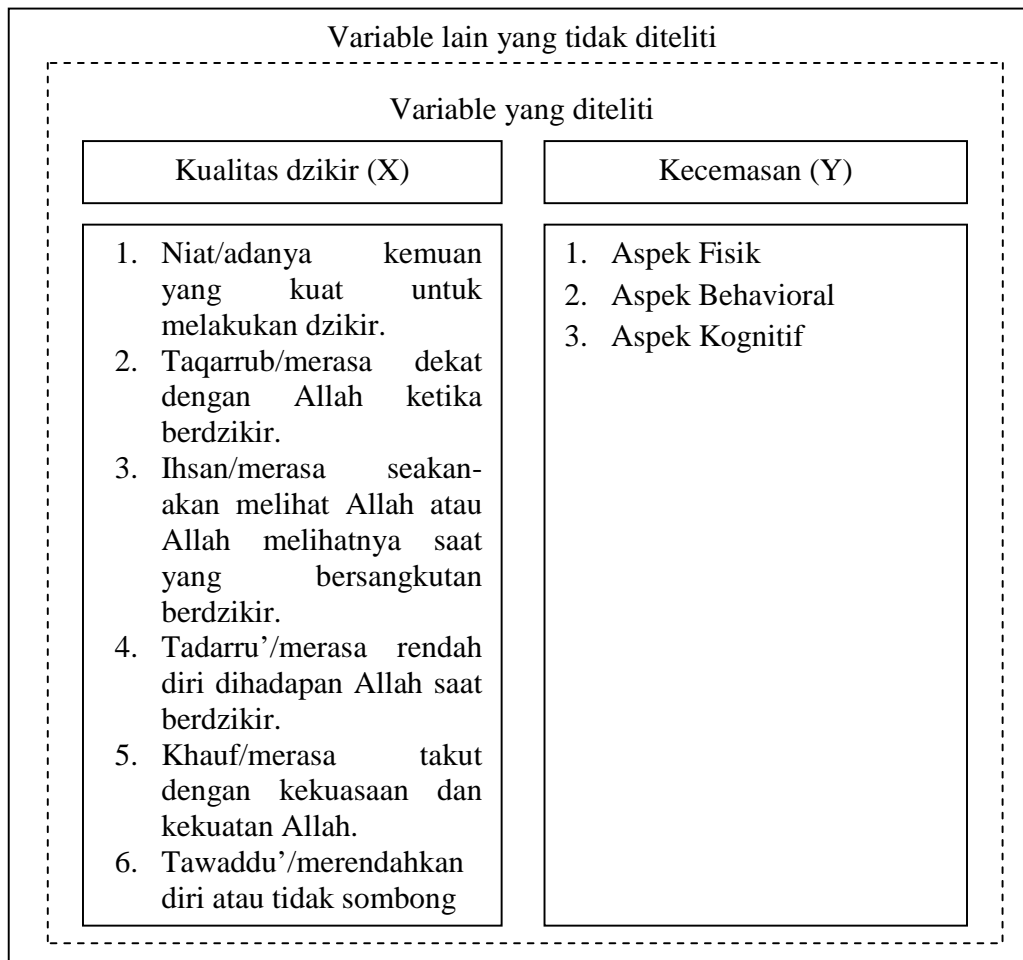
Mengenai dampak relaksasi dan ketenangan dari dzikrullah ini supaya jauh dan terbebas dari kecemasan dan kegelisahan telah dilakukan penelitian secara empiris, seperti yang telah dibuktikan dalam penelitian Naila Hady (dalam Bastaman, 2001: 161) pada sekelompok pengamal dzikrullah di Alkah Baitul Amin, Cilandak, Jakarta dengan teknik wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para responden umumnya menghayati perasaan

tenang dan benar-benar merasakan bahwa kehidupan mereka lebih tenteram dan bermakna setelah mereka melazimkan diri mengamalkan dzikrullah.

Peneliti lain, Juwita (dalam Bastaman, 2001: 161) selain melakukan wawancara dengan responden pengamal dzikrullah di tempat yang sama, juga meneliti efek berdzikir terhadap relaksasi (ketenanga) dengan mengukur denyut jantung mereka sebelum dan sesudah berdzikir. Alat yang digunakan *Sayo Pulse Meter* model HMR-200E, yang dikenal cukup akurat. Hasil wawancara Juwita hampir sama dengan hasil wawancara Effa Naila Hady, sedangkan pengukuran jantung menunjukkan bahwa ada penurunan frekuensi denyut jantung yang signifikan sebelum dan sesudah berdzikir. Itu berarti bahwa dzikrullah mempunyai pengaruh relaksasi yang signifikan terhadap kelompok responden yang diteliti.

Study lain yang dilakukan oleh Azhar,et.al.(1994) (dalam, Hawari, 2004 : 120), terhadap 62 pasien psikiatri yang beragama Islam, yang mengalami gangguan kecemasan menyeluruh (*Generalized Anxiety Disorder/ GAD*). Sebahagian pasien menerima pengobatan secara konvensional yaitu diberikan obat anti cemas dan psikoterapi suportif, sebahagian lagi mendapatkan terapi yang sama ditambah dengan terapi psikoreligius (*berdoa, berdzikir, dan mengaji atau membaca Kitab Suci Al-Quaran*). Hasil yang diperoleh membuktikan bahwa pasien yang menerima tambahan terapi psikoreligius menunjukkan perbaikan yang bermakna dari gejala-gejala kecemasannya dibandingkan dengan pasien yang hanya mendapatkan terapi konvensional.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat digambarkan kerangka berpikir sebagai berikut:



2. ASUMSI

Dengan memperhatikan keterangan pada landasan teori di atas dapat diasumsikan sebagai berikut:

- 1) Kecemasan yang tidak beralasan dan berlebihan akan berdampak negatif bagi individu yang mengalaminya.

- 2) Kesulitan ekonomi dan kondisi lingkungan yang penuh konflikasi dan pertentangan yang mengandung tekanan dan halangan dapat menyebabkan kecemasan.
- 3) Dengan kualitas dzikir yang baik, maka individu akan dapat merasakan ketenangan, ketentraman, dan terhindar dari kecemasan.
- 4) Semakin baik kualitas dzikir individu, maka semakin berkurang kecemasan yang dialaminya.

3. HIPOTESIS

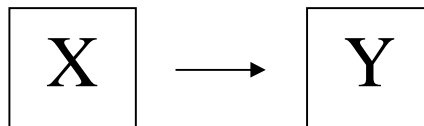
Berdasarkan uraian dalam kerangka pemikiran dan berdasarkan asumsi-asumsi yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab”.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional antara variabel kualitas dzikir (X) dengan kecemasan (Y). alat ukur yang digunakan adalah skala kualitas dzikir dan skala kecemasan (anxiety). Selanjutnya dari hasil penyebaran skala yang dianalisa menggunakan teknik korelasi product moment. Untuk lebih jelasnya penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



B. Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

Variabel (X): Kualitas Dzikir

Variabel (Y): Kecemasan

1. Defenisi Operasional

Dalam penelitian ini, defenisi operasioanl dari variabel yang diteliti adalah sebagai berikut :

- Kualitas dzikir adalah suatu perilaku atau keadaan yang menunjukkan kedalaman nilai yang terkandung dalam aktivitas dzikir terutama ketika

menyebut nama Allah dalam rangka mendekatkan diri (taqarrub) dan beribadah (ubudiyah) kepada Allah SWT. Adapun aspek-aspek dari kualitas dzikir adalah sebagai berikut :

- a) Adanya niat/ kemuan yang kuat untuk melakukan dzikir.
 - b) Taqarrub/ perasaan dekat sekali dengan Allah ‘azzawajalla sewaktu melakukan dzikir.
 - c) Ihsan/ perasaan seakan-akan melihat Allah atau Allah melihatnya saat yang bersangkutan berdzikir.
 - d) Tadarru’/ merasa tenang dan rendah diri di hadapan Allah.
 - e) Khauf/ merasa takut dengan kekuasaan dan kekuatan Allah.
 - f) Tawaddu’/ merendahkan diri di hadapan manusia atau tidak sombong.
- Kecemasan (anxiety) adalah suatu keadaan psikologis yang dialami individu dengan mengeluhkan sesuatu yang buruk akan segera terjadi tanpa ada sebab yang jelas, yang mengungkap aspek:
 - a) Aspek fisik, dengan indikator:
 - a. Kegelisahan
 - b. Denyut jantung cepat
 - c. berkeringat
 - d. pusing.
 - b) Aspek behavioral, dengan indikator:
 - a. perilaku menghindar
 - b. perilaku melekat dan dependen
 - c. perilaku terguncang.

- c) Aspek kognitif, dengan indikator:
 - a. Khawatir tentang sesuatu
 - b. keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas
 - c. berpikir bahwa semuanya tidak bisa lagi dikendalikan.

C. Populasi, Sampel Penelitian, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru. Dengan kriteria populasi sebagai berikut:

- 1) Jemaah Salafy laki-laki Mesjid Umar Bin Khatab
- 2) Selalu sholat jumat berjamaah di Mesjid Umar Bin Khatab
- 3) Mengikuti kajian Shoheh Bukhari setiap malam minggu dan kajian-kajian lainnya yang diadakan di Mesjid Umar Bin Khatab.
- 4) Selalu berusaha melaksanakan dan menerapkan sunnah-sunnah Nabi dalam kehidupannya.
- 5) Sudah berumah tangga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab pada hari jumat tanggal 27 maret 2009 menurut bapak Zardifal dan Ust. Heri Purnama, Lc, tidak didapat atau tidak ada data yang akurat dan tertulis mengenai jumlah anggota Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima, hal ini dikarenakan Jemaah bisa bertambah setiap saatnya.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, (Arikunto, 2002: 109). Tujuan berbagai teknik penelitian sampel itu ialah untuk mendapatkan sampel yang paling mencerminkan populasinya atau secara teknik disebut sampel yang paling representatif (Sumadi, 1995: 82). Ada empat parameter yang bisa dianggap menentukan *representativeness* suatu sampel, yaitu (a) variabelitas populasi, (b) besar sampel, (c) teknik penentuan sampel, (d) kecermatan memasukkan ciri populasi dalam sampel (Sumadi, 1995: 83). Mengingat jumlah subjek dari populasinya tak hingga maka peneliti memutuskan untuk mengambil sampel sebanyak-banyaknya, karena menurut Sumadi (1985: 83) makin besar sampel yang diambil akan makin tinggi taraf *representativeness* sampelnya. Dalam penelitian ini jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 114 orang sampel.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik purposive sampling (sampel bertujuan), yaitu dengan cara mengambil subjek didasarkan pada tujuan tertentu dan berdasarkan pertimbangan-pertimbangan oleh peneliti (Arikunto, 2002: 117). Dengan mempertimbangkan kriteria yang ada dalam penelitian ini maka akan diperoleh sampel yang akan diteliti.

D. Metode Pengumpulan Data

1. Alat ukur

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan variabel yang diteliti, maka dibuat suatu skala psikologi yang dikembangkan dari definisi operasional variabel yang menjadi fokus penelitian. Berikut ini akan diuraikan skala yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

a. Alat Ukur Kualitas Dzikir

Alat ukur kualitas Dzikir ini, peneliti susun berdasarkan teori Ash Shiddieqy (dalam Nashori, 2005: 42). Skala kualitas dzikir disusun berdasarkan *skala likert* yang telah dimodifikasi dalam empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data. Pernyataan dalam skala yang mengandung kecenderungan favorabel yaitu pernyataan yang mendukung indikator, diberi nilai sebagai berikut:

- Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat sesuai)
- Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (Sesuai)
- Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak sesuai)
- Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak sesuai)

Sedangkan pernyataan dalam skala yang mengandung kecenderungan unfavorabel yaitu pernyataan yang tidak mendukung pada indikator, diberi nilai:

- Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak sesuai)
- Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak sesuai)
- Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (sesuai)

- Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat sesuai)

Alat ukur kualitas dzikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.1

Blue Print Kualitas Dzikir (X)

No	Indikator	No Aitem		Jml
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Niat	1, 13, 25, 37, 49, 57, 61, 65.	7, 19, 31, 43, 53, 59, 63, 66.	16
2	Taqarrub	2, 14, 26, 38, 50.	8, 20, 32, 44, 54.	10
3	Ihsan	3, 15, 27, 39,	9, 21, 33, 45,	8
4	Tadarru'	4, 16, 28, 40, 51, 58, 62.	10, 22, 34, 46, 55, 60, 64.	14
5	Khauf	5, 17, 29, 41.	11, 23, 35, 47.	8
6	Tawaddu'	6, 18, 30, 42, 52,	12, 24, 36, 48, 56.	10
	Jumlah	33	33	66

b. Alat Ukur Kecemasan

Alat ukur kecemasan disusun berdasarkan teori Nevid (2003: 163), Model alat ukur kecemasan menggunakan *skala likert* yang telah dimodifikasi dalam empat alternatif jawaban dengan menghilangkan jawaban netral untuk menghindari jawaban yang mengelompok sehingga dikhawatirkan peneliti akan kehilangan banyak data. Pernyataan dalam alat ukur yang mengandung kecenderungan favorabel yaitu pernyataan yang mendukung indikator, diberi nilai sebagai berikut:

- Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat sesuai)
- Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (Sesuai)
- Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak sesuai)
- Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak sesuai)

Sedangkan pernyataan dalam skala yang mengandung kecenderungan unfavorabel yaitu pernyataan yang tidak mendukung pada indikator, diberi nilai:

- Nilai 1 (satu) jika jawaban STS (sangat tidak sesuai)
- Nilai 2 (dua) jika jawaban TS (tidak sesuai)
- Nilai 3 (tiga) jika jawaban S (sesuai)
- Nilai 4 (empat) jika jawaban SS (sangat sesuai)

Alat ukur kecemasan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2
Blue Print Kecemasan (Y)

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jml
			Favorabel	Ufavorabel	
1	Fisik	A	1, 21, 41, 61	11, 31, 51, 70	8
		B	2, 22, 42, 62	12, 32, 52, 71	8
		C	3, 23, 43, 63	13, 33, 53, 72	8
		D	4, 24, 44, 64	14, 34, 54, 73	8
2	Behavioural	A	5, 25, 45, 65	15, 35, 55, 74	8
		B	6, 26, 46, 66	16, 36, 56, 75	8
		C	7, 27, 47, 67, 79	17, 37, 57, 76, 80	10
3	Kognitif	A	8, 28, 48, 68	18, 38, 58, 77	8
		B	9, 29, 49	19, 39, 59	6
		C	10, 30, 50, 69	20, 40, 60, 78	8
	Jumlah		40	40	80

2. Uji Coba Alat Ukur

Penelitian ini adalah penelitian populasi, hal ini dikarenakan jumlah populasi dari subjek penelitian adalah tak hingga dan peneliti tidak menemukan

data yang akurat dan tertulis mengenai jumlah populasi. Penelitian ini juga menggunakan *try out* terpakai, hal ini selain dikarenakan peneliti menemukan kesulitan untuk mencari kelompok yang memiliki karakteristik yang sama dan setara dengan sampel penelitian, juga dikarenakan peneliti menemukan kesulitan dalam mengumpulkan subjek, hal ini dikarenakan kesibukan mereka masing-masing sehingga mereka tidak bersedia. Dalam melakukan penelitian, pada awalnya peneliti melakukan penelitian sendiri datang ke Mesjid Umar Bin Khatab di lingkungan Rt 04/Rw 01 tempat jemaah salafy tersebut. Setelah dua minggu penelitian berjalan peneliti baru memperoleh lebih kurang 9 orang subjek. Kerena di lapangan peneliti menemukan kesulitan dalam mengumpulkan data, akhirnya peneliti melakukan kerjasama dengan salah seorang Jemaah Salafy yang peneliti kenal dalam menyebarkan angket untuk mengumpulkan data. Setelah peneliti mendapatkan data, peneliti melakukan penyeleksian terhadap sampel penelitian yang sesuai dengan kriteria yang telah peneliti tetapkan.

Kerena penelitian ini, penelitian populasi dan *try out* terpakai maka alat ukur variabel kualitas dzikir dan kecemasan disebarkan kepada seluruh populasi hanya dilakukan satu kali. Setelah alat ukur disebarkan, peneliti terlebih dahulu menguji validitas dan reliabilitas alat ukur tersebut.

3. Uji Validitas

Validitas menurut Azwar (2004: 7) adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi ukurnya. Pengujian validitas pada penelitian ini dengan pengujian validitas isi (*conten Validity*) dibantu dengan

menggunakan kisi-kisi instrument, atau matrik pengembangan instrumen. Untuk menguji tingkat kesahihan alat ukur dilakukan uji validitas yaitu dengan megkorelasikan skor tiap item (X) dan skor total (Y) dengan menggunakan sistem Komputerisasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17,0 for windows*. Teknik yang peneliti gunakan dalam mengukur validitas ini adalah teknik korelasi *product Moment* dengan rumus sebagi berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

N= Jumlah sampel

X= Skor butir tiap subjek

Y= Skor total tiap subjek

$\sum x$ = Jumlah skor butir

$\sum y$ = Jumlah skor total

R_{xy} = Koefisien korelasi product moment

Selanjutnya dilakukan proses komputerisasi untuk menentukan kesahihan item. Menurut Azwar (2004: 65) untuk mentukan item soheh atau tidak, digunakan batasan 0,30, tetapi apabila jumlah item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan batasan criteria 0,25.

Untuk alat ukur kualitas dzikir dalam penelitian ini, peneliti menggunakan batasan 0,25. Pada variabel kualitas dzikir terdapat 66 item yang diuji validitasnya. Dari 66 item alat ukur kualitas dzikir terdapat 63 item yang valid, yaitu melebihi $r_{xy} = 0,25$ dengan koefisien aitem total berkisar antara 0,250-0,679, sedangkan sisanya sebanyak 3 item yaitu di bawah $r_{xy} 0,25$ dinyatakan gugur (lihat lampiran C). Adapun mengenai rincian jumlah item

yang valid dan gugur untuk alat ukur kualitas dzikir dapat dilihat pada tabel berikut 3.3 berikut. Dan item-item yang valid disusun kembali untuk diolah dalam penelitian. Rincian blue print alat ukur kualitas dzikir yang valid dapat dilihat pada tabel 3.4.

Tabel 3.3

Blue Print Kualitas Dzikir Valid dan Gugur

No	Indikator	Nomor Aitem				jml
		Favorabel		Unfavorabel		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Niat	1, 13, 25, 37, 49, 57, 61, 65.	-	7, 19, 31, 43, 59, 63, 66.	53	16
2	Taqarrub	2, 14, 26, 38, 50.	-	8, 20, 32, 44, 54.	-	10
3	Ihsan	3, 15, 27, 39,	-	9, 21, 33, 45	-	8
4	Tadarru'	4, 16, 28, 40, 51, 58, 62.	-	10, 22, 34, 55, 60, 64.	46	14
5	Khauf	5, 17, 29, 41.	-	11, 23, 35, 47	-	8
6	Tawaddu'	6, 18, 30, 42, 52,	-	12, 24, 48, 56.	36	10
	Jumlah	33	-	30	3	66

Tabel 3.4**Blue Print Kualitas Dzikir (yang diolah dalam penelitian)**

No	Indikator	No Aitem		Jml
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Niat	1, 13, 25, 37, 49, 57, 61, 65.	7, 19, 31, 43, 59, 63, 66.	15
2	Taqarrub	2, 14, 26, 38, 50.	8, 20, 32, 44, 54.	10
3	Ihsan	3, 15, 27, 39,	9, 21, 33, 45,	8
4	Tadarru'	4, 16, 28, 40, 51, 58, 62.	10, 22, 34, 55, 60, 64.	13
5	Khauf	5, 17, 29, 41.	11, 23, 35, 47.	8
6	Tawaddu'	6, 18, 30, 42, 52,	12, 24, 48, 56.	9
	Jumlah	33	30	63

Untuk alat ukur kecemasan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan batasan 0,25. Adapun jumlah item yang valid dari 80 item adalah sebanyak 67 item dengan koefisien totalnya berkisar 0,251-0,702 dan yang gugur sebanyak 13 item (lihat lampiran C). Adapun mengenai rincian jumlah item yang valid dan gugur untuk alat ukur kecemasan dapat dilihat pada table 3.5 berikut:

Tabel 3.5

Blue Print Kecemasan Valid dan Gugur

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jml
			Favorabel		Unfavorabel		
			Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Fisik	A	1, 21, 41, 61	-	31, 51, 70	11	8
		B	2, 22, 42, 62	-	12, 32, 52, 71	-	8
		C	3, 23, 43, 63	-	13, 33, 53, 72	-	8
		D	4, 24, 44, 64	-	14, 34, 54, 73	-	8
2	Behavoiral	A	5, 25, 45, 65	-	15, 55, 74	35,	8
		B	6, 26, 46, 66	-	16, 36, 56, 75		8
		C	7, 27	47, 67, 79	17, 37, 80	57, 76	10
3	Kognitif	A	8, 28, 48, 68	-	38, 58, 77	18,	8
		B	9, 29, 49	-	19, 39,	59	6
		C	10	30, 50, 69	20, 60, 78	40,	8
	Jumlah		34	6	33	7	80

Item-item yang valid disusun kembali untuk diolah dalam penelitian.

Adapun blue print skala kecemasan dapat dilihat pada tabel 3.6 berikut:

Tabel 3.6

Blue Print Kecemasan (yang diolah dalam penelitian)

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jml
			Favorabel	Unfavorabel	
1	Aspek Fisik	A	1, 21, 41, 61	31, 51, 70	7
		B	2, 22, 42, 62	12, 32, 52, 71	8
		C	3, 23, 43, 63	13, 33, 53, 72	8
		D	4, 24, 44, 64	14, 34, 54, 73	8
2	Aspek Behavoiral	A	5, 25, 45, 65	15, 55, 74	7
		B	6, 26, 46, 66	16, 36, 56, 75	8
		C	7, 27	17, 37, 80	5
3	Aspek Kognitif	A	8, 28, 48, 68	38, 58, 77	7
		B	9, 29, 49	19, 39,	5
		C	10	20, 60, 78	4
	Jumlah		34	33	67

4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil atau pengukuran dapat dipercaya secara empirik (Azwar, 2004: 83). Tinggi rendahnya suatu reliabilitas ditentukan oleh suatu angka yang disebut dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 samapai 1,00. Semakin tinggi mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Untuk menguji reliabilitas pada penelitian ini, peneliti menggunakan bentuk koefisien reliabilitas alpha dengan teknik belah dua. Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut (dalam Azwar, 2004: 87).

$$\alpha = 2 \left[1 - \frac{s_1^2 + s_2^2}{s_x^2} \right]$$

Keterangan

α = koefisien reliabilitas alpha

s_1 = Varians skor belah 1

s_2 = Varians skor belah 2

s_x = Varians skor skala.

Berdasarkan uji coba reliabilitas terhadap item pada skala kualitas dzikir diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,948, sedangkan koefisien reliabilitas item pada skala kecemasan diperoleh sebesar 0,945.

E. Teknik Analisis Data

Teknik dalam menganalisa hasil pengukuran tentang hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan, peneliti menggunakan teknik korelasi *product Moment*, kerana teknik ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya

korelasi antara dua variabel, (Arikunto, 1997: 204). Jadi teknik *Product Moment* dianggap lebih cocok dari teknik lainya untuk menganalisa data hasil penelitian. Analisa dilakukan dengan menggunakan bantuan operasional dari komputer dengan menggunakan SPSS versi 17,0 *for windows*. Adapun rumus korelasi product moment adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

N= Jumlah sampel

X= Skor butir tiap subjek

Y= Skor total tiap subjek

$\sum x$ = Jumlah skor kualitas dzikir

$\sum y$ = Jumlah skor kecemasan/ anxiety

R_{xy} = Koefisien korelasi antara kualitas dzikir dengan kecemasan/ anxiety.

F. Lokasi dan jadwal Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Rt 04/Rw 01 Gg. Delima 12 Kecamatan Tampan Pekanbaru.

2. Jadwal Penelitian

Adapun jadwal penelitian seperti tercantum pada table 3.7 berikut ini:

Table 3.7

Jadwal Penelitian

No	Jadwal Penelitian	Waktu Pelaksanaan
1	Pengajuan synopsis	18 Desember 2008
2	Seminar proposal	08 April 2009
3	Perbaikan seminar proposal	19 November 2009
4	Penelitian	22 Januari s/d 21 februari 2010
5	Konsultasi laporan hasil	31 Maret 2010
6	Ujian munaqasyah	2 Juni 2010

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Laporan Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan alat ukur kepada subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Rt 04/Rw 01 Kelurahan Delima Pekanbaru. Penelitian dilakukan pada tanggal 22 Januari s/d 21 Februari 2010.

Penyebaran alat ukur hanya dilakukan satu kali karena penelitian ini merupakan try out terpakai. Adapun alat ukurnya berjumlah 146 item, alat ukur yang disebar sebanyak 160 eksemplar alat ukur kualitas dzikir dan kecemasan, dari alat ukur yang disebar yang kembali hanya 114 eksemplar. Pernyataan dalam alat ukur tersebut terjawab seluruhnya tanpa ada nomor yang terlewat oleh subjek. Dalam pengisian alat ukur tidak ada jawaban yang dianggap salah, sehingga dalam memberikan jawaban subjek tidak merasa mempunyai beban apapun.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap data yang dimiliki. Pengujian ini dilakukan untuk melihat apakah data yang dimiliki memenuhi asumsi yang disyaratkan yaitu data harus normal dan linier. Oleh karena itu, dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dan linieritas.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah untuk mengadakan pengujian terhadap normal atau tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan sebanyak variabel yang akan diolah. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan terhadap dua variabel yaitu kualitas dzikir (Y) dan variabel kecemasan (X). Menurut Santoso (dalam Jenny 2007: 57), salah satu cara yang dapat digunakan untuk melihat sebaran data tersebut normal atau tidak adalah dengan melihat rasio antara kecondongan kurva (*skewness*) dan kerampingan kurva (*kurtosis*) dengan galat bakunya masing-masing. Dikatakan data memiliki distribusi normal apabila rasio keduanya berada dalam atau mendekati rentang antara -2 sampai +2. Adapun rumus untuk menentukan rasio *skewnees* dan rasio *kurtosis* adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned} \text{Rasio Skewnees} &= \frac{\text{Skewnees}}{\text{Standart Error of Skewnees}} \\ \text{Rasio Kurtosis} &= \frac{\text{Kurtosis}}{\text{Standart Error of Kurtosis}} \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil yang didapat dari uji normalitas yang dilakukan dengan bantuan program SPSS 17,0 for Windows, didapat rasio *skewnees* untuk variabel kualitas dzikir sebesar $-0,166/0,226 = 0,734$ dan rasio *kurtosis* sebesar $-0,025/0,226 = -0,110$. Sedangkan untuk variabel kecemasan didapat rasio *skewnees* $-0,720/0,449 = -1,603$ dan *kurtosi* sebesar $0,011/0,449 = -0,024$. Rasio *skewnees* dan *kurtosi* kedua variabel dalam penelitian ini berada dalam rentang

antara -2 sampai +2, maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian adalah normal.

3. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat arah, bentuk dan kekuatan hubungan diantara dua variabel. Jika nilai variabel berubah atau bergerak ke arah yang sama, maka hubungan itu positif. Sementara itu dikatakan negatif, jika nilai-nilai variabel itu bergerak ke arah berlawanan.

Berdasarkan uji linearitas pada variabel kualitas dzikir dan kecemasan dengan regresi linear pada SPSS 17,0 *for Windows*, diketahui F hitung sebesar 72,180, dengan taraf signifikansi 0,000. Untuk melihat data linear atau tidak, dapat dilihat dari besarnya signifikansi. Menurut Hadi (200: 103) data dikatakan linear apabila besarnya harga signifikansi dari variabel $\leq 0,05$, dalam penelitian ini, taraf signifikansi yang diperoleh adalah 0,000. Angka tersebut (0,000) berada di bawah 0,05 ($p=0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan data dari kedua variabel linear.

Berdasarkan uji linearitas dapat diketahui koefisien determinasi (besarnya pengaruh antara variabel yang satu dengan variabel yang lain) melalui nilai Rsq (r determinan), dalam penelitian ini diperoleh nilai Rsq sebesar 0,392, artinya pengaruh kualitas dzikir dengan kecemasan sebesar 39,2 %.

C. Hasil Analisa Data

Tujuan analisa data adalah untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: “Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab

Kelurahan Delima Pekanbaru”. Dengan kata lain untuk mengetahui tingkat signifikansi antara kualitas dzikir dengan kecemasan. Teknik analisa yang digunakan adalah teknik koefisien korelasi *product moment* dari *Pearson* yang selanjutnya diolah dengan menggunakan bantuan SPSS 17,0 *for windows*.

Kuatnya hubungan antara variabel dinyatakan dalam koefisien korelasi. Koefisien korelasi bisa bertanda positif (+) atau negatif (-). Koefisien korelasi bertanda positif berarti terdapat hubungan positif antara kedua variabel. Sedangkan koefisien korelasi bertanda negatif berarti terdapat hubungan negatif antara kedua variabel (Sugiyono, 2003: 211).

Berdasarkan perhitungan melalui uji korelasi dengan menggunakan teknik *korelasi product momet* dengan menggunakan *program SPSS 17,0 for Windows* diperoleh hasil perhitungan sebagaimana dalam tabel 4.1 di bawah ini:

Tabel 4.1

Perhirungan Correlations

		Kualitas dzikir	kecemasan
Kualitas dzikir	Pearson Correlation	1	-.626**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	114	114
Kecemasan	Pearson Correlation	-.626**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	114	114

** . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Besarnya nilai koefisien korelasi antara variabel X terhadap Y, sebagaimana terlihat dalam tabel 4.1 di atas adalah -0,626 dengan signifikansi

0,000 ($p \leq 0,05$). Adapun ketentuan diterima atau ditolaknya sebuah hipotesis, apabila signifikansi di bawah atau sama dengan 0,05 ($p \leq 0,05$), maka hipotesis diterima (sugiyono, 2003 : 171). Berdasarkan ketentuan tersebut, dimana taraf signifikansi diperoleh dalam penelitian ini yaitu 0,000 ($p \leq 0,05$), maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini “terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas dzikir dengan kecemasan diterima”. Artinya baik buruknya kualitas dzikir Jemaah Salafy berdampak pada tinggi rendahnya tingkat kecemasan yang dialami Jemaah Salfy.

Berdasarkan hasil korelasi tersebut, maka bentuk korelasi antara kualitas dzikir dengan kecemasan adalah negatif. Ini berarti semakin baik kualitas dzikir Jemaah Salafy maka semakin rendah kecemasan yang dialami. Sebaliknya semakin buruk kualitas dzikir semakin tinggi kecemasan yang dialami Jemaah Salafy.

Hubungan yang dihasilkan antara kualitas dzikir dengan kecemasan tergolong kuat. Dengan kata lain dzikir yang berkualitas memberikan sumbangsih yang kuat/ besar dalam mengatasi kecemasan dalam kehidupan ini. Hal ini dapat dilihat berdasarkan interpretasi terhadap nilai koefisien korelasi dengan menggunakan pedoman pada tabel interpretasi koefisien korelasi berikut ini (sugiyono, 2004: 214).

Tabel 4.2

Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono, 2004: 214

D. Analisa Tambahan

Skor mentah yang dihasilkan dalam penelitian ini belum dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai subjek yang diteliti. Untuk memberikan makna yang memiliki nilai diagnostik, maka skor tersebut perlu diderivasi dan diacukan pada satu norma kategorisasi. Salah satu kategorisasi yang dapat dilakukan adalah dengan distribusi normal. Hal ini dapat dilakukan dengan asumsi bahwa skor subjek dalam kelompoknya merupakan estimasi terhadap skor subjek dalam populasi, dan bahwa skor subjek dalam populasinya terdistribusi secara normal (Azwar, 2002 : 106).

Pada data kualitas dzikir yang didapat, dilakukan kategorisasi dengan membuat 2 (dua) kategori, yaitu baik dan buruk. Dan pada data kecemasan yang didapat dilakukan kategorisasi dengan membuat 2 (dua) kategori, yaitu rendah dan tinggi. Untuk membuat kategorisasi ini peneliti menggunakan pendapat Azwar (2002 : 107-109), di mana penghitungan dilakukan secara manual berdasarkan skor terkecil dan terbesar yang mungkin diperoleh subjek, skor yang disebarkan diberi skor berkisar dari 1- 4. Pada variabel kualitas dzikir (X)

terdapat 63 butir item, dengan demikian nilai terendah yang diperoleh adalah $1 \times 63 = 63$, sedangkan nilai tertinggi yang mungkin diperoleh adalah $4 \times 63 = 252$. Rentang ini sebesar $252 - 63 = 189$, sedangkan rata-rata diperoleh dari $252 + 63 / 2 = 157,5$ dan nilai standar deviasi diperoleh dari $252 - 63 / 6 = 31,5$.

Tabel 4.3

Deskripsi Statistik Variabel Kualitas Dzikir (X)

Aitem	N	Minimum	Maximum	Range	Mean	Standar deviasi
63	114	63	252	189	157,5	31,5

Dari gambaran tabel deskripsi data di atas, maka klasifikasi, kategori skor, distribusi frekuensi dan persentase pada variabel kualitas dzikir disajikan pada tabel 4.4 di bawah ini:

Tabel 4.4

Kategorisasi Kualitas Dzikir

Klasifikasi	Kategorisasi skor	Frekuensi	Persentase (%)
$63 \leq X \leq 157,5$	Buruk	0	0%
$157,5 \leq X \leq 252$	Baik	114	100%
Jumlah		114	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak seorangpun dari sampel penelitian yaitu Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru yang memiliki kadar kualitas dzikir yang buruk yaitu (0%), dan pada kategori baik sebanyak 114 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa pada dasarnya rata-rata dari jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru memiliki tingkat kualitas dzikir yang baik.

Pada variabel kecemasan (Y), skala ini terdiri dari 67 item. Nilai terendah yang mungkin diperoleh adalah $1 \times 67 = 67$, dan skor tertinggi yang mungkin diperoleh adalah $4 \times 67 = 268$. Rentang ini sebesar $268 - 67 = 201$, sedangkan rata-rata diperoleh dari $268 + 67 / 2 = 167,5$ dan nilai standar deviasi diperoleh dari $268 - 67 / 6 = 33,5$.

Tabel 4.5

Deskripsi Statistik Variabel Kecemasan (Y)

Aitem	N	Minimum	Maximum	Range	Mean	Standar deviasi
67	114	67	268	201	167,5	33,5

Berdasarkan gambaran tabel deskripsi data di atas, maka klasifikasi, kategori skor, distribusi frekuensi dan persentase pada variabel kualitas dzikir disajikan apada tabel 4.13 di bawah ini:

Tabel 4.6

Kategorisasi Kecemasan

Klasifikasi	Kategorisasi skor	Frekuensi	Persentase (%)
$67 \leq X \leq 167,5$	Rendah	114	100%
$167,5 \leq X \leq 268$	Tinggi	0	0%
Jumlah		114	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa tidak seorangpun dari sampel penelitian yaitu jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru yang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi yaitu (0%), dan pada kategori rendah sebanyak 114 orang (100%). Hal ini menunjukkan bahwa pada dasarnya rata-rata dari Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan

Delima Pekanbaru memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Artinya mereka bisa menerima dengan ikhlas dan berserah diri kepada Allah dalam menjalani setiap beban dalam hidup ini.

E. Pembahasan

Hasil perhitungan korelasi dengan menggunakan teknik korelasi *Pearson product moment* dari program *SPSS 17,0 for Windows* diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar $-0,626$ dengan taraf signifikansi $0,000$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan (anxiety) pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru. Dengan kata lain bagaimana kadar kualitas dzikir individu akan berdampak pada tinggi rendahnya kecemasan yang dialami. Hubungan yang dihasilkan dalam penelitian ini tergolong kuat. Artinya dzikir yang berkualitas memberikan dampak yang cukup tinggi dalam mengurangi kecemasan dalam kehidupan ini.

Berdasarkan kepada uji hipotesis, maka jenis hubungan antara variabel kualitas dzikir dengan kecemasan pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru adalah negatif, pada taraf sangat signifikan. Maksudnya semakin tinggi kualitas dzikir yang dimiliki jemaah Salafy maka akan semakin berkurang/rendah tingkat kecemasan.

Berdasarkan kategorisasi variabel kualitas dzikir dapat dilihat bahwa jemaah Salafy yang memiliki kadar kualitas dzikir baik/ tinggi berjumlah 114 orang (100%), sedangkan jemaah Salafy yang memiliki kadar kualitas dzikir buruk/ rendah berjumlah 0 (0%). Dari data tersebut diketahui bahwa rata-rata dari

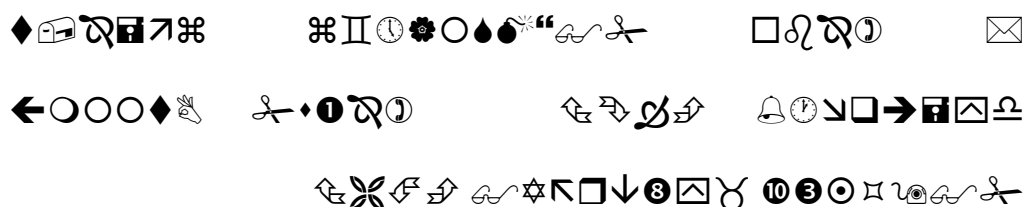
jemaah Salafy memiliki kadar kualitas dzikir yang baik/ tinggi. Jika dilihat dari fenomena yang telah peneliti uraikan berdasarkan studi pendahuluan, yakni melalui wawancara dan observasi di Mesjid Umar bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru, maka terdapat kesamaan pada hasil data variabel kualitas dzikir. Dimana pada studi pendahuluan diketahui bahwa jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab selalu mengamalkan ibadah dzikir disetiap kesempatan. Mereka tidak membiarkan waktu luang mereka berlalu dengan begitu saja, melainkan mereka menyibukkan diri dengan berdzikir kepada Allah atau melakukan ibadah-ibadah lainnya yang dapat mendekat diri kepada Allah. Hal ini tidak terlepas dari iman yang mereka miliki, karena iman itu menurut Rasulullah SAW bisa bertambah dan bisa berkurang (*yazid wa yankuz*), ketika iman bertambah atau naik maka individu selalu ingat dan ingin mendekatkan diri kepada Allah dengan cara mengerjakan segala bentuk ibadah-ibadah yang telah dicontohkan oleh Rasulullah SAW yang dapat mendekatkan diri kepada-Nya.

Berdasarkan kategorisasi kecemasan dapat dilihat bahwa jemaah Salafy yang memiliki kecemasan rendah 114 (100%) dan yang memiliki kecemasan tinggi 0 (0%). Dari data tersebut juga dapat diketahui bahwa sebagian besar jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Hal ini dikarenakan mereka selalu dekat dengan *SangKhalik*, setiap mereka mengalami suatu kemudahan mereka bisa mensyukurinya dan disaat mengalami kesulitan atau kesusahan dalam hidup ini mereka biasa menerimanya dengan sabar atau lapang dada karena mereka yakin segala sesuatunya datang

dari Allah dan akan kembali kepadanya dan Allah pun tidak akan menguji hambanya melebihi kemampuan hambanya tersebut untuk menghadapinya.

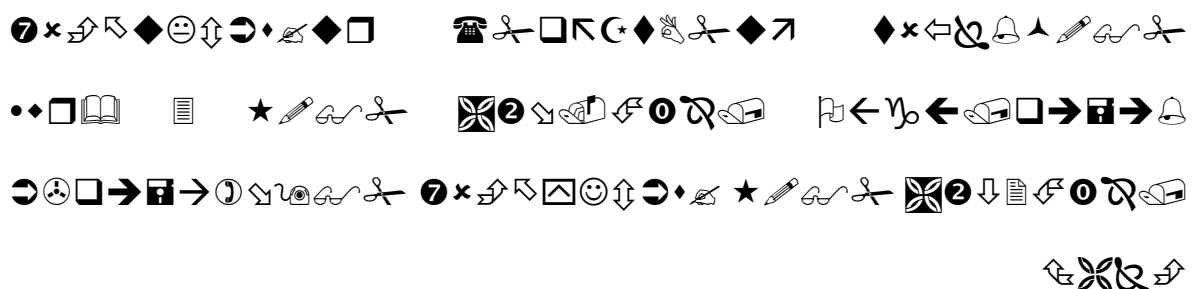
Uraian data dalam penelitian di atas, secara jelas menggambarkan hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan, dari uraian data di atas jelaslah bahwa berdzikir kepada Allah secara berkualitas bisa mencegah atau menjauhkan diri dari rasa cemas dalam menjalani kehidupan ini.

Adanya hubungan antara kualitas dzikir dengan kecemasan merupakan pembuktian bahwa adanya hubungan yang kuat antara makhluk yaitu manusia dengan *SangKhaliknya* (sang pencipta) yaitu Allah SWT. Ketika manusia merasakan ketidak berdayaan dan mengalami kecemasan dalam menjalani kehidupan ini karena tidak berhasil memenuhi kebutuhan dan menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya, maka manusia membutuhkan suatu kekuatan yang Maha Dahsyat di luar kemampuannya. Kekuatan tersebut diperoleh dengan berserah diri sepenuhnya kepada *Sangkhalik* dengan selalu berdzikir (beribadah kepada-Nya), seperti berdoa'a, sholat dan lain-lain. Karena pada dasarnya manusia tersebut memang diciptakan oleh Allah bersifat atau memiliki potensi untuk cemas dengan kata lain manusia diciptakan oleh Allah bersifat keluh kesah, hal ini sesuai dengan firmanNya dalam surah QS. Al-Ma'arij, 70: 19-20.



Artinya : *Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah* (Al-Ma'arij, 70 : 19-20).

Dalam menjalani kehidupan ini manusia tidak terlepas dari sumber-sumber psikososial yang menyebabkan hilangnya kebahagiaan dan ketenangan dalam hidup. Dari ayat di atas dapat diketahui bahwa manusia mengalami keadaan psikologis yang disebut dengan keluh kesah seperti rasa cemas, stress, frustrasi, dan lain-lain, Karena sifat yang telah diberikan inilah maka manusia menginginkan suatu ketenangan, ketentraman sehingga jauh dari rasa cemas, stress dan lain-lain. Maka manusia membutuhkan suatu kekuatan yang Maha Dahsyat di luar kemampuannya untuk bisa terbebas dari hal-hal tersebut, yaitu dengan berserah diri seutuhnya kepada *Sangkhalik* dengan selalu berdzikir (ingat) kepada-Nya, karena dengan mengingat Allah maka hati sanubari menjadi tenang, sebagai mana telah dijelaskan oleh Allah dalam surah surah Ar-Ra'du, 13: 28.



Artinya : *(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram* (Ar-Ra'du, 1: 28).

Hasil penelitian Nashori (www.msi.uui.net) mengungkapkan dzikir yang dijalani seseorang secara berkualitas akan membantu pembentukan wadah

psiko-spiritual yang luas dalam sistem kepribadian seseorang. Wadah psiko-spiritual ia gambarkan sebagai danau yang luas. Kalau seseorang memiliki danau yang luas dalam jiwanya, maka mereka menganggap tidak berarti adanya kotoran yang masuk ke danau tersebut. Maksudnya, bila individu memiliki wadah psiko-spiritual yang luas, maka ia tidak akan serta merta menjadi marah besar, putus asa, atau stres, manakala menghadapi musibah atau peristiwa-peristiwa yang tidak menyenangkan lainnya. Namun, kalau wadah psiko-spiritual seseorang sempit, misalnya sesempit gelas, maka bila ada kotoran atau polusi mereka akan merasakan adanya pengaruh buruk atas kehadiran benda-benda tersebut. Adanya danau yang luas, dipengaruhi oleh aktivitas ibadah dan perilaku sehari-hari seseorang, salah satu aktivitas ibadah yang penting adalah berdzikir.

Mengenai dampak relaksasi dan ketenangan dari dzikrullah ini supaya jauh dan terbebas dari kecemasan dan kegelisahan telah dilakukan penelitian secara empiris, seperti yang telah dibuktikan dalam penelitian Naila Hady (dalam Bastaman, 2001: 161) pada sekelompok pengamal dzikrullah di Alkah Baitul Amin, Cilandak, Jakarta dengan teknik wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para responden umumnya menghayati perasaan tenang dan benar-benar merasakan bahwa kehidupan mereka lebih tenteram dan bermakna setelah mereka melazimkan diri mengamalkan dzikrullah.

Peneliti lain, Juwita (dalam Bastaman, 2001: 161) selain melakukan wawancara dengan responden pengamal dzikrullah di tempat yang sama, juga meneliti efek berdzikir terhadap relaksasi (ketenanga) dengan mengukur denyut jantung mereka sebelum dan sesudah berdzikir. Alat yang digunakan *Sayo Pulse*

Meter model HMR-200E, yang dikenal cukup akurat. Hasil wawancara Juwita hampir sama dengan hasil wawancara Effa Naila Hady, sedangkan pengukuran jantung menunjukkan bahwa ada penurunan frekuensi denyut jantung yang signifikan sebelum dan sesudah berdzikir. Itu berarti bahwa dzikirullah mempunyai pengaruh relaksasi yang signifikan terhadap kelompok responden yang diteliti.

Dengan membiasakan diri berdzikir secara berkualitas kepada Allah dalam kehidupan maka gejala-gejala psikososial tidak akan menjadi beban dan rintangan bagi individu dalam menjalani hidupnya, justru individu tersebut akan bisa merasa bisa menghadapi masalah tersebut dengan sabar dan terbebas dari rasa cemas dalam menjalani kehidupan ini.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Sesuai dengan tujuan penelitian dan berdasarkan hasil analisis data serta pembahasan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas dzikir dengan kecemasan pada jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru. Adapun sumbangan kualitas dzikir terhadap kecemasan adalah 39,2%.
- 2) Hubungan yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah negatif. Ini berarti bagaimana kadar kualitas dzikir berdampak pada kecemasan yang dialami jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab Kelurahan Delima Pekanbaru. Artinya semakin baik kualitas dzikir semakin berkurang kecemasan.
- 3) Dengan membiasakan diri dengan berdzikir kepada Allah dapat menghindarkan atau menjauhkan diri dari rasa cemas dalam menjalani kehidupan ini.

2. Saran

1. Jemaah Salafy Mesjid Umar Bin Khatab

Hendaknya selalu berupaya mempertahankan dan meningkatkan kualitas dzikir yang dimiliki, sehingga jauh atau terbebas dari rasa cemas dalam hidup ini.

2. Umum

Dalam menjalani kehidupan ini tidak akan terlepas dari ujian-ujian dan rintangan yang menyebabkan hilangnya kebahagiaan, mengalami stress, kecemasan, frustrasi dan lain-lain, maka salah satu cara yang mesti dilakukan untuk menghindari hal tersebut adalah dengan mendekatkan diri kepada *Sangkhali* (dzikrullah).

3. Peneliti selanjutnya

Dzikir memiliki manfaat yang banyak oleh karena itu perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang efek dari kualitas dzikir. Penelitian ini telah memastikan bahwa kualitas dzikir yang baik memiliki pengaruh terhadap kecemasan. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperhatikan dan menambah aspek-aspek psikologis lainnya seperti kebahagiaan, kesehatan mental, meningkatkan suasana hati positif dan lain-lain. Sehingga khazana psikologi islami lebih berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, 2002, *Penyusunan Skala Psikologi*, Yoyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, 2004, *Penyusunan Skala Psikologi*, Yoyakarta: Pustaka Belajar.
- Ash Shiddieqy, 1997. *Pedoman Dzikir dan Doa*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra.
- ‘Abdillah, Abu, 2007. *Sifat Dzikir Nabi SAW*, Media Tarbiyah: Bogor.
- ‘Aidh al-Qarni, 2006. *La Tah’zan*. Qisthi Press: Jakarta
- Atkinson, dkk, 1999. *Pengantar Psikologi jilid 2*. Terjemahan Nurjanah Taufiq. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Bastama, Hanna, 2001. *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Yogyakarta: Yy.Insan Kamil.
- Basri. 2004, *Hubngan Antara Dzikir dengan Kemampuan Mengatasi Stress, Skripsi* (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau: Pekanbaru.
- Chaplin,J.P, 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*.Jakarta:PT Raja Grapindo Persada.
- Darajat, Zakiyah, 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Gunung Agung.
- Fahmi, Mustafa, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*. Jakarta.
- Hawari, Dadang, Dr.Prof.2004. *Al-qur’an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*,Yogyakarta:PT Dana Bakti Prima Yasa.
- Hadi, Sutisno, 1987. *Metodologi Research*. Andi offset: Jakarta
- Haber & Runyon. 1984. *Psychology of Adjustment*. America: The Dorsey Press.
- Kartono, Kartini, 1985. *Psikologi Abnormal dan Patologi seks*. Bandung: Mandar Maju.
- Muhsin, Abdul. Bin Al-qasim Muhammad, - *.Langkah Pasti Menuju Bahagia*, Surakarta: Daar An-Naba’.

Nashori, Fuad, 2005, *Hubungan Kualitas Dzikir dengan Pemaafan Pada Mahasiswa*, Jurnal Psikologi UNDIP Vol.2, No.1:40-47. Malang. Fakultas Psikologi Islam Negeri (UIN).

Nevid, S Jeffrey, dkk, 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.

Najati, Usman, Dr, 1985. *Al-Quran dan Ilmu Jiwa*, Pustaka: Bandung.

Rahman, S, 2006. *Kekayaan Hati Jadikan Hidup Lebih Bermakna*. Yogyakarta: Ananda Publisng.

Rahmat, Jalaluddin, 2000. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Rosdakarya.

Ruzita, 2005. *Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan kesembuhan penderita kecemasan (Anxiety)*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau: Pekanbaru.

Sukmono, Joko, 2008. *Psikologi Zikir*. Jakarta: Sri Gunting.

Suryabrata, Sumadi, 1995. *Metode Penelitian*, PT. Raja Grafindo Persada: Jakarta.

Sugiyono, 2005. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta

Sobur, Alexv, 2003. *Psikologi umum*. Bandung: CV Pustaka setia.

Stuart & Sundeen. *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC

Samudi, 2009. *hubungan antara konsep diri dengan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa psikologi UIN Suska Riau*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau: Pekanbaru.

SPSS, 17,0

Al-Qur'an Digital

www.msi.uui.net. Com diakses tgl 4-11-2008

www.Dzikir.Com, diakses tgl 5-11-2008

LAMPIRAN A
GUIDE WAWANCARA

Pertanyaan dan jawaban wawancara terhadap jemaah Salafy Mesjid Umar Bin

Khatab kelurahan Delima Pekanbaru :

1. Bagaimana perasaan bapak di tengah-tengah situasi kehidupan yang sulit saat saat sekarang ini?
2. Apakah anda merasa cemas dalam menjalani kehidupan ini di situasi sulit sekarang ini?
3. Tadi bapak mengatakan bahwa bapak tidak mempunyai tabungan untuk hari depan dan untuk menyekolahkan anak-anak bapak, apakah bapak tidak merasa cemas akan hal itu dan kehidupan bapak dan keluarga di masa mendatang?
4. Dampak dari krisis global sangat banyak, mulai dari kenaikan harga kebutuhan pokok, turunya harga sawit, karet dan terjadinya PHK, bapak juga mengalami hal itu, bagaimana perasaan bapak?
5. Belum memiliki rumah sendiri (mengontrak), bagaimana perasaan bapak dan keluarga, apakah bapak merasa cemas akan hal itu dan cemas akan dikucilkan di lingkungan tempat bapak tinggal?

Jawaban

1. Mengapa mesti cemas dalam menjalani hidup ini, bukankah rizki kita telah ditentukan oleh Allah SWT, tergantung lagi bagaimana kita berusaha dan mendekatkan diri kepadanya-Nya.
2. Terkadang cemas juga sih, tetapi hal itu bisa kok saya hindari dengan selalu berserah diri kepada Allah, karena Allah yang menentukan nasib setiap hamba-Nya. Allah tidak akan menyia-nyiakan hambanya yang selalu ingat kepadanya.

3. Walau tidak mempunyai tabungan untuk hari depan dan tabungan khusus untuk menyekolahkan anak, tetapi saya tetap semangat dan optimis dalam menjalani hidup ini, tidak pernah terlintas dihati saya kecemasan dan ketakutan menjalani hidup ini, yang penting saya selalu mendekatkan diri dan berzikir kepada-Nya dan berusaha. Allah pasti menolong hambanya yang mau berusaha dan ingat kepadanya.
4. Ketika saya terkena PHK dampak dari krisis global saat ini, saya merasa cemas dan putus semangat dalam mengarungi hidup, namun saya bisa menerima hal itu, karena PHK bukan berarti kiamat dan hilang semangat hidup, mungkin Allah belum menentukan nasib saya bekerja di tempat itu dan Allah pasti punya rencana lain yang lebih baik untuk hambanya.
5. Awalnya saya tidak bisa menerima dan cemas juga. Kehilangan pekerjaan membuat saya sadar, mungkin selama ini saya telah lupa dengan sang Kholik dan terlalu sibuk dengan urusan duniawi, makanya Allah memberi sedikit teguran untuk saya bisa lebih dekat dan ingat kepada-Nya.
6. Tiada ada yang mesti dicemaskan dalam menjalani hidup karena hidup kita sudah diatur oleh sang pencipta.
7. Sebagai manusia biasa ya cemas juga sih, kondisi sekarang kan tidak menentu.
8. Fenomena-fenomena sekarang banyak orang yang takut dan cemas dalam menjalani hidupnya, karena keterpurukan ekonomi keluarga, mereka cemas dengan nasib mereka dan anak-anak mereka dimasa mendatang, takut tidak bisa memberi makan dan menyekolahkan anak-anak mereka, bahkan ada yang nekat

samapai menghabiskan hidupnya. Itu terjadi karena mereka jauh dan tidak pernah ingat (dzikir) kepada yang maha memberi rizki.

9. Rasa cemas, gelisa dan takut dalam menjalani hidup adalah manusiawi tapi apabila berlebihan itu merupak bisikan Saytan kedalam hati, supaya kita waswas dan jauh dari Allah maka lawanlah dengan selalu berdzikir kepada-Nya niscaya kecemasan tersebut akan berkurang dan hilang.

LAMPIRAN B

SKALA

BLANGKO IDENTITAS

Nama : _____

Usia : _____

Pekerjaan : _____

(Identitas dijamin kerahasiaannya oleh peneliti)

Petunjuk mengerjakan pernyataan

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan masalah anda sehari-hari, baca dan fahamilah setiap pernyataan tersebut secara spontan, kemudian berilah tanda silang (X) pada setiap pernyataan yang mewakili keadaan atau perasaan anda, dengan cara meylang huruf:

SS : Apabila saudara **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan tersebut

S : Apabial saudara **SESUAI** dengan pernyataan tersebut

TS : Apabila saudara **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut

STS : Apabila saudara **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut

Jangan sampai ada pernyataan yang dilewatkan.

Contoh:

Demikianlah cara untuk mengerjakan pernyataan ini, semoga saudara dapat memahami dengan jelas.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Untuk setiap masalah yang ada pemecahannya	X			

Atas bantuan dan kerjasamanya Ana ucapkan *‘JazakAllahu ‘akhiran.*

Imam Ibnul Qayyim *rahimahullaah* “dzikir adalah menghindarkan diri dari kelalaian dan lupa kepada Allah” (dalam Abu ‘Abdillah Bin Luqman Al-Atsari/ Sifat Dzikir Nabi SAW).

SKALA I

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Ada keinginan yang kuat dalam diri saya untuk selalu berdzikir/ ingat kepada Allah.				
2	Saya selalu merasakan kehadiran Allah ‘azzawajal dalam jiwa saya saat saya berdzikir.				
3	Saya selalu merasakan setiap gerak-gerik saya dalam berdzikir diawasi oleh Allah.				
4	Saya merasakan ketenangan saat melakukan dzikir kepada Allah.				
5	Saat berdzikir kepada Allah SWT, saya merasa takut akan kekuasaan-Nya.				
6	Semakin saya mendekatkan diri kepada Allah, semakin membuat saya <i>tawaddu’</i> (rendah hati/diri).				
7	Tidak ada keinginan yang kuat dalam hati saya untuk selalu melakukan dzikir.				
8	Saat berdzikir saya masih selalu memikirkan/ mengingat hal-hal lain.				
9	Saya belum merasakan bahwa setiap gerak-gerik saya di awasi oleh Allah.				
10	Walau saya telah berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT, namun saya belum merasakan ketenangan.				
11	Berdzikir kepada Allah belum memunculkan perasaan takut saya akan kekuasaan-Nya.				
12	Walau saya sering berdzikir, saya masih tidak mau dikalahkan orang lain.				
13	Walau dalam keadaan sesibuk apapun saya selalu berkeinginan untuk berdzikir/ingat kepada Allah.				
14	Saya selalu merasakan dekat dengan Allah pada saat saya melakukan dzikir.				
15	Saya selalu merasa dilihat oleh Allah ‘azzawajallah Setiap saya melakukan ibadah-ibadah yang dapat mendekatkan diri kepada-Nya (dzikrullah).				
16	Saya merasakan bahagia saat melakukan dzikir kepada Allah.				

17	Memikirkan akan kekuasaan dan kekutaan Allah 'azzawajalla, menimbulkan perasaan takut (<i>khauf</i>) yang mendalam dihati saya.				
18	Dengan selalu membiasakan berdzikir, saya merasa dapat menekan sifat sombong dalam diri saya.				
19	Saya tidak mengagendakan waktu dalam setiap harinya untuk digunakan berdzikir.				
20	Walaupun sering berdzikir, saya tetap merasa jauh dari sang Khalik.				
21	Setiap saya melakukan ibadah-ibadah untuk mendekatkan diri kepada Allah, saya belum bisa merasakan dilihat oleh Allah 'azzawajal.				
22	Kebahagiaan belum saya rasakan, walau saya berusaha mendekatkan diri dengan berdzikir kepada-Nya.				
23	Ketika saya memikirkan kekuasaan dan kekuatan Allah SWT, perasaan takut (<i>khauf</i>) tidak pernah timbul dalam hati saya.				
24	Dzikir yang saya lakukan selama ini belum menimbulkan efek apa-apa dalam hubungan saya dengan sesama manusia.				
25	Dalam setiap harinya saya menyedikan waktu untuk berdzikir kepada Allah.				
26	Saya selalu merasakan Allah ada disisi saya saat saya berdzikir.				
27	Saya merasa bahwa Allah melihat setiap ibadah-ibadah dzikir yang saya kerjakan.				
28	Setiap beban masalah yang saya hadapi terasa hilang saat saya berdzikir kepada Allah.				
29	Saat saya mendengar kekuasaan dan kekuatan Allah diceritakan dalam suatu kajian timbul perasaan takut/ <i>khauf</i> dalam hati saya.				
30	Dengan selalu menjalankan perintah Allah dan banyak mengamalkan dzikir, membuat saya merasa <i>tawaddu</i> /'rendah hati.				
31	Saya berdzikir kapan saja saya mau/ kapan saja saya sempat.				
32	Saat saya berdzikir, saya belum merasakan kehadiran Allah disisi saya.				
33	Saya masih ragu apakah ibadah dzikir yang saya kerjakan dilihat oleh Allah.				
34	Saya tetap merasa gundah walau telah melakukan dzikir sebanyak-banyaknya.				
35	Walau mendengarkan kajian yang menceritaka				

	tentang kekuasaan dan kekuatan Allah, saya merasa biasa-biasa saja.				
36	Saya mengagendakan untuk segerah mendirikan sholat begitu mendengar seruan azan.				
37	Saya selalu merasakan kedekatan dengan Allah 'azzawajal apa lagi saat saya melakukan ibadah-ibadah dzikrullah.				
38	Saya merasa tidak satupun ibadah dzikir yang saya lakukan luput dari penglihatan Allah 'azzawajal.				
39	Kecemasan yang saya rasakan akan berkurang ketika saya berdzikir kepada Allah.				
40	Saya mersa takut/ <i>khauf</i> yang amat sangat dengan kekuasaan dan kekuatan Allah 'azzawajal.				
41	Semakin saya membiasakan berdzikir dalam kehidupan ini/dalam keseharian semakin mengikis sifat sombong dalam diri saya.				
42	Saya tetap melanjutkan pekerjaan saya walau seruan adzan telah berkumandang/saya akan menunda sholat setelah pekerjaan saya selesai.				
43	Perasaan dekat dengan Allah belum saya rasakan walau saya sering berdzikir kepada-Nya.				
44	Saya belum bisa merasakan bahwa setiap ibadah yang saya lakukan adalah dalam pengawasan/penglihatan Allah 'azzawajal.				
45	Persaan takut/ <i>khauf</i> terhadap kekuatan dan kekuasaan Allah belum sepenuhnya muncul dalam diri saya.				
46	Perasaan tidak mau dikalahkan masih terasa dalam diri saya walau saya sering mengamalkan dzikir dalam keseharian saya.				
47	Saya mengagendakan untuk selalu membaca al-Quran setiap sahabis sholat fardu dan setiap malam.				
48	Pada saat saya melakukan ibadah-badah dzikir timbul di hati saya perasaan dekat dengan Allah.				
49	Saya selalu merasakan diri saya tidak ada apa-panya disisi Allah.				
50	Dengan mengamalkan dzikir sesuai dengan tuntunan Nabai SAW, membuat saya jauh dari sifat-sifat yang tidak baik.				
51	Walau saya melakukan ibadah-ibadah dzikir saya masih merasah jauh dari Allah.				
52	Saya merasa biasa-biasa saja baik ketika sebelum,				

	sedang, atau sesudah berdzikir kepada Allah.				
53	Saya belum sanggup menghilangkan sifat-sifat tidak baik sepenuhnya dalam diri saya, walau saya telah berusaha untuk itu dengan memperbanyak dzikir.				
54	Saya selalu berkeinginan untuk mengerjakan ibadah-ibadah yang dapat mendekatkan diri kepada Allah.				
55	Saat berhadapan dengan Allah ketika sholat saya merasakn diri ini amat rendah.				
56	Saya belum mengagendakan waktu saya dalam setiap harinya untuk melakukan ibadah-ibadah yang dapat mendekatkan diri kepada Allah.				
57	Walau saya rajin mendirikan sholat namun saya belum merasakan munculnya ketenangan dalam diri saya.				
58	Saya selalu berkeinginan mengerjakan sholat sunnat Tahajud, sunanat Duha dan sholat sunat lainnya sebagai bentuk dzikir saya kepada Allah.				
59	Saat disebut nama Allah saya merasakan diri ini sangat kecil.				
60	Belum ada keinginan dalam hati saya untuk mengerjakan ibadah-ibadah sholat sunnat.				
61	Saya merasa biasa-biasa saja, ketika mendengar nama-nama Allah disebut.				
62	Saya menyengajakan diri untuk selalu membaca kalimat tasbih, atau tahmid, atau tahlil atau takbir dalam stiap harinya.				
63	Saya tidak membiasakan diri untuk membaca tasbih, atau tahmid, atau tahlil ataupun takbir.				

SKALA II

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu menjadi gelisah apabila saya memikirkan kehidupan yang serba sulit saat ini.				
2	Denyut jantung saya menjadi cepat apabila saya teringat kesulitan hidup yang saya hadapi.				
3	Saya menjadi gerah dan berkeringat ketika saya mencoba untuk memikirkan kehidupan ini.				
4	Ketika rezeki yang saya dapatkan tidak mencukupi kebutuhan saya, padahal saya telah berusaha keras maka hal itu bisa membuat saya menjadi pusing.				
5	Ketika sedang menghadapi masalah saya cenderung untuk berbaring saja.				
6	Saya selalu minta saran dari orang lain dalam menyelesaikan masalah saya.				
7	Saya merasa sulit/malas berbicara apabila teringat kesulitan hidup yang saya hadapi.				
8	Saya sering mengkhawatirkan sesuatu yang buruk akan terjadi pada saya dan keluarga.				
9	Tanpa alasan yang jelas sering timbul keyakinan pada saya bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada saya.				
10	Saya sering berpikir kesulitan hidup yang saya hadapi tidak bisa lagi dikendalikan.				
11	Saya tidak merasakan perubahan pada denyut jantung saya sekalipun saat saya ditimpa kesulitan.				
12	Saya tahu kehidupan saat ini serba sulit tetapi saya tetap bisa tenang menghadapinya.				
13	Walau rizki yang saya peroleh belum mencukupi kebutuhan saya tidak membuat saya pusing akan hal itu.				
14	Saya selalu berusaha/mengerjakan apaun yang saya bisa kerjakan walau disaat ada masalah.				
15	Dalam menyelesaikan masalah yang saya hadapi, saya tidak terbiasa meminta bantuan pada orang lain.				
16	Masalah yang saya hadapi tidak menghentikan kegiatan sehari-hari saya.				

17	Saya tetap yakin dengan kehendak Allah dan berpikir optimis dengan kehidupan yang saya jalani saat ini dan dimasa mendatang akan baik-baik saja.				
18	Saya selalu berpikir optimis ujian hidup yang saya hadapi ini tidak akan melebihi kemampuan saya untuk mengatasinya.				
19	Saya sering merasa gelisah dan gugup jika saya menghadapi/ditimpa suatu permasalahan.				
20	Ketika menghadapi masalah dalam kehidupan ini maka denyut jantung saya menjadi cepat.				
21	Saya menjadi berkeringat dingin manakala saya ditimpa kesulitan dalam hidup ini.				
22	Saya sering merasa pusing memikirkan masalah saya.				
23	Ketika teringat kesulitan hidup yang saya hadapi saya cenderung ingin lari darinya.				
24	Ketika menyelesaikan masalah hidup/ ekonomi yang saya hadapi saya meminta bantuan orang lain yang saya anggap bisa membantu.				
25	Saya bisa menjadi terguncang apabila melihat kehidupan saya yang serba kekurangan.				
26	Melihat sulitnya kehidupan saat ini, saya khawatir tidak bisa memenuhi nafkah keluarga saya.				
27	Mengingat kondisi ekonomi saat ini sering terpikir oleh saya bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada keluarga saya.				
28	Saya tahu kehidupan saat ini serba sulit tetapi saya tetap tegar.				
29	Denyut jantung saya tetap stabil walau saya sedang menghadapi masalah.				
30	Dalam menjalani setiap kesulitan hidup yang saya lalui saya tetap bisa menghadapinya dengan sabar.				
31	Memikirkan masalah yang sedang saya hadapi tidak membuat saya menjadi pusing.				
32	Saya selalu menyelesaikan masalah hidup/ kesulitan ekonomi dengan kemampuan saya sendiri.				
33	Walau saya kurang mampu secara materi, hal itu tidak menjadi beban yang berarti bagi saya.				
34	Saya tahu bahwa kehidupan saat ini serba sulit, namun saya tidak khawatir akan hal itu dan saya				

	optimis bisa menafkahi keluarga saya.				
35	Walau secara ekonomi saya kurang mampu saya tidak pernah berpikir bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada keluarga saya.				
36	Setelah saya bekerja/ berusaha namun saya tidak memperoleh rizki yang cukup membuat saya gelisah.				
37	Pada saat timpa musibah saya merasakan denyut jantung saya menjadi cepat/tidak stabil.				
38	Secara spontan keringat saya keluar apa bila teringat kesulitan hidup yang saya hadapi.				
39	Saya merasa pusing jika saya tidak dapat memenuhi kebutuhan hidup keluarga saya.				
40	Saya selalu ingin lari sejauh mungkin dari masalah yang saya hadapi.				
41	Mana kala saya menghadapi masalah dalam hidup saya akan mengadu/ meminta bantuan kepada sanak saudara saya.				
42	Kekhawatiran tentang sesuatu yang tak jelas sering menghinggapi saya bila teringat kesulitan hidup saya.				
43	Terkadang timbul keyakinan dalam diri saya bahwa sesuatu yang mengerikan/buruk akan terjadi pada saya.				
44	Saya tetap bersyukur dan bisa menerima banyak atau sedikit rizki yang saya peroleh.				
45	Saya tetap bisa menguasai diri saya dengan baik walau pada saat saya dalam menghadapi suatu musibah/ masalah.				
46	Saya tidak merasakan perubahan pada tubuh saya sekalipun saat saya ditimpa kesulitan.				
47	Walau saya belum bisa memenuhi kebutuhan keluarga saya, hal itu tidak membuat saya menjadi pusing.				
48	Apapun masalah yang melanda saya, saya tetap bisa menjalaninya dengan sabar.				
49	Setiap menghadapi persoalan dalam kehidupan ini saya selalu berusaha memecahkannya sendiri tanpa melibatkan orang lain.				
50	Pekerjaan, beribadah dan berikhtiyar tetap menjadi prioritas saya walaupun lagi ada masalah.				
51	Saya tetap bisa berfikir jernih walau dalam keadaan banyak masalah yang saya hadapi.				
52	Kegelisahan sering menghinggapi saya apabila				

	teringat kesulitan hidup keluarga.				
53	Akhir-akhir ini secara spontan saya merasakan denyut jantung saya menjadi kencang manakala saya menghadapi masalah.				
54	Kening dan telapak tangan saya menjadi berkeringat, apa bila saya memikirkan masalah ekonomi keluarga saya.				
55	Akhir-akhir ini saya sering merasa pusing dengan keadaan ekonomi saat ini.				
56	Setiap saya menghadapi masalah dalam keluarga, terutama masalah ekonomi saya cenderung menghindar.				
57	Setiap saya menghadapi masalah/ kesulitan ekonomi keluarga, saya selalu meminta saran kepada orang-orang yang saya anggap bisa dipercayai.				
58	Krisis ekonomi saat ini yang membuat sarba mahal dan sulit saya merasa khawatir kalau-kalau saya tidak bisa menyekolahkan anak-anak saya.				
59	Walau saya kurang mampu secara materi, saya tetap merasa bahagia dengan kehidupan saya.				
60	Pada saat menghadapi masalah saya tidak merasa denyut jantung saya menjadi kencang.				
61	Walau saya sedang memikirkan masalah ekonomi keluarga saya yang lagi bermasalah, hal itu tidak menyebabkan saya berkeringat.				
62	Saya tahu keadaan ekonomi saat ini serba sulit tetapi hal itu tidak membuat saya pusing.				
63	Masalah dalam keluarga selalu bisa saya pecahkan dengan baik dan bijaksana.				
64	Saya terbiasa menyelesaikan masalah ekonomi keluarga saya dengan sendiri tanpa meminta bantuan kepada orang lain.				
65	Selagi saya berusaha dan berserah diri kepada Allah saya tetap yakin akan bisa membiayai sekolah anak-anak saya.				
66	Walau ekonomi saat ini sulit saya tetap berpikir jernih bahwa saya bisa melaluinya dan mengendalikan ekonomi keluarga saya.				
67	Saya akan tetap berusaha untuk bisa memenuhi permintaan keluarga saya.				

LAMPIRAN C
TABULASI DATA

LAMPIRAN D
PENGOLAHAN DATA

Uji Validitas Skala Kualitas Dzikir

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.946	66

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	223.1754	262.518	.402	.945
VAR00002	223.6930	260.020	.452	.945
VAR00003	223.3158	258.767	.583	.944
VAR00004	223.2807	262.593	.342	.945
VAR00005	223.3596	256.622	.637	.944
VAR00006	223.5351	262.764	.305	.946
VAR00007	223.3860	259.974	.410	.945
VAR00008	223.9912	261.195	.439	.945
VAR00009	223.4912	259.279	.443	.945
VAR00010	223.5877	262.315	.340	.945
VAR00011	223.5088	257.916	.467	.945
VAR00012	223.8860	264.314	.293	.946
VAR00013	223.3333	258.295	.607	.944
VAR00014	223.4737	257.119	.656	.944
VAR00015	223.3070	261.489	.406	.945
VAR00016	223.5526	260.763	.433	.945
VAR00017	223.3246	257.903	.613	.944
VAR00018	223.6404	261.046	.436	.945
VAR00019	224.1404	258.812	.486	.945
VAR00020	223.4737	260.623	.420	.945
VAR00021	223.5351	258.693	.541	.945
VAR00022	223.6316	262.146	.333	.946
VAR00023	223.3596	258.321	.520	.945
VAR00024	223.7544	259.709	.467	.945
VAR00025	223.4649	260.534	.386	.945
VAR00026	223.8684	257.248	.523	.945
VAR00027	223.3158	260.324	.480	.945
VAR00028	223.6140	259.496	.490	.945
VAR00029	223.3684	257.244	.618	.944
VAR00030	223.5614	259.080	.459	.945

VAR00031	224.2368	261.280	.250	.946
VAR00032	223.8684	258.540	.445	.945
VAR00033	223.4912	259.456	.475	.945
VAR00034	223.5263	261.349	.393	.945
VAR00035	223.4474	260.621	.393	.945
VAR00036	223.8158	264.771	.176	.946
VAR00037	223.2105	263.194	.265	.946
VAR00038	223.3684	257.721	.633	.944
VAR00039	223.3421	259.873	.379	.945
VAR00040	223.4561	259.879	.482	.945
VAR00041	223.2456	260.152	.526	.945
VAR00042	223.6754	258.168	.597	.944
VAR00043	223.2105	261.814	.375	.945
VAR00044	223.6491	259.009	.575	.945
VAR00045	223.4561	255.295	.679	.944
VAR00046	223.6491	265.203	.164	.946
VAR00047	223.5175	255.703	.657	.944
VAR00048	223.8246	264.128	.277	.946
VAR00049	223.3860	257.620	.539	.945
VAR00050	223.3772	258.025	.611	.944
VAR00051	223.2368	262.448	.353	.945
VAR00052	223.2807	260.699	.469	.945
VAR00053	224.5175	264.624	.103	.948
VAR00054	223.5088	257.987	.603	.944
VAR00055	223.4649	257.755	.540	.945
VAR00056	223.7632	259.775	.485	.945
VAR00057	223.2193	260.774	.500	.945
VAR00058	223.2982	260.424	.480	.945
VAR00059	223.8070	259.839	.442	.945
VAR00060	223.5526	260.851	.411	.945
VAR00061	223.3158	260.112	.494	.945
VAR00062	223.5965	259.818	.340	.946
VAR00063	223.5351	260.817	.427	.945
VAR00064	223.4825	261.739	.353	.945
VAR00065	223.4298	259.345	.518	.945
VAR00066	223.5965	260.420	.446	.945

UJi Reliabilitas Skala Kualitas Dzikir

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.948	63

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	214.2368	253.103	.408	.948
VAR00002	214.7544	250.576	.461	.948
VAR00003	214.3772	249.405	.589	.947
VAR00004	214.3421	253.112	.351	.948
VAR00005	214.4211	247.308	.641	.947
VAR00006	214.5965	253.482	.300	.948
VAR00007	214.4474	250.621	.413	.948
VAR00008	215.0526	251.767	.446	.948
VAR00009	214.5526	249.895	.448	.948
VAR00010	214.6491	253.097	.332	.948
VAR00011	214.5702	248.548	.472	.948
VAR00012	214.9474	254.794	.305	.948
VAR00013	214.3947	249.037	.606	.947
VAR00014	214.5351	247.720	.666	.947
VAR00015	214.3684	251.969	.419	.948
VAR00016	214.6140	251.460	.432	.948
VAR00017	214.3860	248.558	.618	.947
VAR00018	214.7018	251.716	.436	.948
VAR00019	215.2018	249.419	.492	.947
VAR00020	214.5351	251.384	.415	.948
VAR00021	214.5965	249.517	.535	.947
VAR00022	214.6930	253.029	.319	.948
VAR00023	214.4211	249.007	.522	.947
VAR00024	214.8158	250.541	.459	.948
VAR00025	214.5263	251.048	.396	.948
VAR00026	214.9298	247.977	.523	.947
VAR00027	214.3772	250.945	.485	.948
VAR00028	214.6754	250.221	.489	.947
VAR00029	214.4298	247.822	.628	.947

VAR00030	214.6228	249.582	.471	.948
VAR00031	215.2982	252.565	.224	.949
VAR00032	214.9298	249.446	.435	.948
VAR00033	214.5526	250.214	.471	.948
VAR00034	214.5877	252.156	.384	.948
VAR00035	214.5088	251.332	.392	.948
VAR00037	214.2719	253.545	.282	.948
VAR00038	214.4298	248.336	.641	.947
VAR00039	214.4035	250.420	.387	.948
VAR00040	214.5175	250.712	.474	.948
VAR00041	214.3070	250.763	.532	.947
VAR00042	214.7368	248.886	.598	.947
VAR00043	214.2719	252.589	.368	.948
VAR00044	214.7105	249.677	.578	.947
VAR00045	214.5175	245.969	.685	.947
VAR00047	214.5789	246.352	.665	.947
VAR00048	214.8860	254.863	.269	.948
VAR00049	214.4474	248.356	.539	.947
VAR00050	214.4386	248.638	.619	.947
VAR00051	214.2982	253.273	.341	.948
VAR00052	214.3421	251.289	.476	.948
VAR00054	214.5702	248.778	.599	.947
VAR00055	214.5263	248.570	.536	.947
VAR00056	214.8246	250.783	.465	.948
VAR00057	214.2807	251.301	.511	.947
VAR00058	214.3596	251.206	.474	.948
VAR00059	214.8684	250.558	.441	.948
VAR00060	214.6140	251.620	.406	.948
VAR00061	214.3772	250.715	.500	.947
VAR00062	214.6579	250.634	.335	.948
VAR00063	214.5965	251.765	.410	.948
VAR00064	214.5439	252.498	.347	.948
VAR00065	214.4912	249.774	.536	.947
VAR00066	214.6579	251.147	.443	.948

Uji Validitas Skala Kecemasan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.943	80

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	135.3158	344.696	.521	.942
VAR00002	135.4649	344.410	.528	.942
VAR00003	135.4825	349.579	.343	.943
VAR00004	135.2368	340.519	.613	.941
VAR00005	135.4035	345.322	.424	.942
VAR00006	134.6491	345.840	.395	.943
VAR00007	135.3421	345.908	.424	.942
VAR00008	135.6579	346.864	.385	.943
VAR00009	135.7368	350.868	.310	.943
VAR00010	135.7105	351.553	.316	.943
VAR00011	135.4298	353.557	.183	.943
VAR00012	135.3333	342.348	.611	.941
VAR00013	135.3596	348.303	.484	.942
VAR00014	135.3070	348.091	.434	.942
VAR00015	135.4211	351.573	.281	.943
VAR00016	134.7193	345.213	.499	.942
VAR00017	135.4825	349.031	.478	.942
VAR00018	135.8860	354.208	.198	.943
VAR00019	135.8333	352.636	.265	.943
VAR00020	135.7193	352.381	.272	.943
VAR00021	135.0877	343.355	.573	.942
VAR00022	135.4649	343.578	.589	.941
VAR00023	135.6140	351.620	.271	.943
VAR00024	135.2544	347.678	.432	.942
VAR00025	135.6754	347.142	.398	.942
VAR00026	134.5965	344.668	.509	.942
VAR00027	135.6053	349.073	.432	.942
VAR00028	135.5000	349.544	.372	.942
VAR00029	135.6404	350.516	.344	.943
VAR00030	135.7193	353.000	.238	.943

VAR00031	135.5351	347.455	.465	.942
VAR00032	135.5000	344.801	.568	.942
VAR00033	135.5614	352.001	.294	.943
VAR00034	135.2632	345.505	.628	.941
VAR00035	135.9211	353.613	.247	.943
VAR00036	135.0088	346.416	.524	.942
VAR00037	135.3333	350.472	.397	.942
VAR00038	135.4561	349.967	.416	.942
VAR00039	135.5175	350.270	.397	.942
VAR00040	135.7105	356.207	.066	.944
VAR00041	135.2456	347.196	.534	.942
VAR00042	135.4035	344.561	.582	.942
VAR00043	135.6579	350.121	.352	.943
VAR00044	134.9825	347.327	.410	.942
VAR00045	135.7719	346.001	.552	.942
VAR00046	135.0351	346.583	.503	.942
VAR00047	135.8596	353.219	.192	.943
VAR00048	135.2982	348.618	.455	.942
VAR00049	135.5877	352.421	.259	.943
VAR00050	135.7807	353.270	.231	.943
VAR00051	135.8246	350.376	.404	.942
VAR00052	135.4211	349.414	.463	.942
VAR00053	135.3421	343.785	.617	.941
VAR00054	134.9825	347.540	.443	.942
VAR00055	135.6228	348.856	.443	.942
VAR00056	134.8246	341.880	.632	.941
VAR00057	135.9123	355.886	.101	.943
VAR00058	135.8684	353.248	.251	.943
VAR00059	135.7018	353.609	.205	.943
VAR00060	135.3333	351.268	.367	.942
VAR00061	135.2456	348.275	.433	.942
VAR00062	135.6316	348.129	.450	.942
VAR00063	135.6930	351.542	.315	.943
VAR00064	135.0789	349.135	.362	.943
VAR00065	135.4561	348.073	.545	.942
VAR00066	134.3509	349.770	.382	.942
VAR00067	135.3596	352.746	.247	.943
VAR00068	135.4211	348.618	.439	.942
VAR00069	135.4737	353.349	.215	.943
VAR00070	135.3421	351.908	.340	.943
VAR00071	135.5175	346.836	.484	.942
VAR00072	135.4298	347.415	.496	.942
VAR00073	135.2632	351.452	.370	.942
VAR00074	135.6316	347.084	.554	.942
VAR00075	134.8070	340.830	.702	.941
VAR00076	136.0263	355.955	.132	.943
VAR00077	135.7632	351.138	.345	.943
VAR00078	135.4474	350.639	.398	.942

VAR00079	135.4211	355.379	.126	.943
VAR00080	135.5088	352.217	.290	.943

Uji Reliabilitas Skala Kecemasan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	114	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	114	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	67

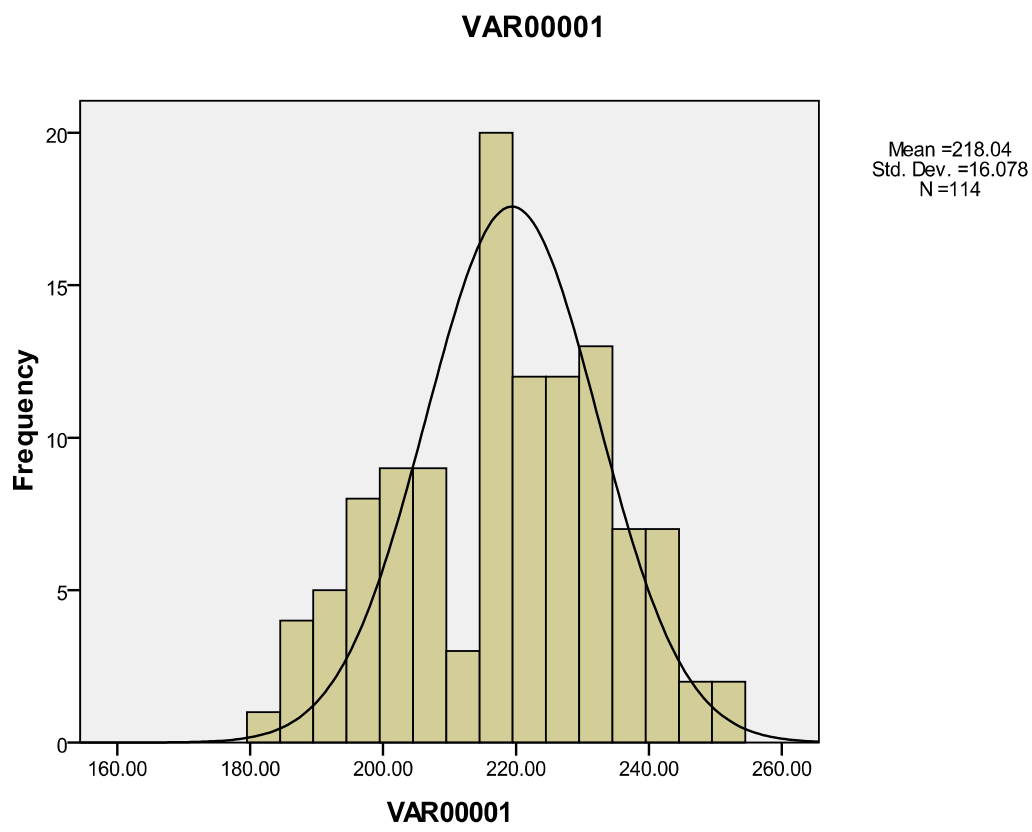
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	116.5789	301.857	.530	.944
VAR00002	116.7281	301.456	.543	.944
VAR00003	116.7456	306.563	.346	.945
VAR00004	116.5000	297.774	.628	.944
VAR00005	116.6667	302.614	.425	.945
VAR00006	115.9123	302.966	.401	.945
VAR00007	116.6053	303.037	.430	.945
VAR00008	116.9211	303.666	.402	.945
VAR00009	117.0000	307.204	.343	.945
VAR00010	116.9737	308.875	.293	.945
VAR00012	116.5965	299.340	.635	.944
VAR00013	116.6228	305.671	.471	.944
VAR00014	116.5702	305.327	.429	.945
VAR00015	116.6842	308.837	.263	.945
VAR00016	115.9825	301.929	.526	.944
VAR00017	116.7456	306.280	.468	.945
VAR00019	117.0965	309.929	.240	.945
VAR00020	116.9825	309.504	.258	.945
VAR00021	116.3509	300.247	.598	.944
VAR00022	116.7281	300.731	.603	.944
VAR00023	116.8772	308.817	.257	.945
VAR00024	116.5175	305.225	.414	.945

VAR00025	116.9386	304.713	.382	.945
VAR00026	115.8596	301.573	.529	.944
VAR00027	116.8684	306.363	.421	.945
VAR00028	116.7632	306.466	.379	.945
VAR00029	116.9035	307.522	.343	.945
VAR00031	116.7982	305.065	.444	.945
VAR00032	116.7632	301.864	.583	.944
VAR00033	116.8246	309.296	.271	.945
VAR00034	116.5263	302.906	.624	.944
VAR00036	116.2719	303.722	.521	.944
VAR00037	116.5965	307.570	.391	.945
VAR00038	116.7193	307.018	.415	.945
VAR00039	116.7807	307.093	.408	.945
VAR00041	116.5088	304.518	.528	.944
VAR00042	116.6667	301.534	.602	.944
VAR00043	116.9211	307.135	.352	.945
VAR00044	116.2456	304.116	.428	.945
VAR00045	117.0351	303.450	.543	.944
VAR00046	116.2982	303.627	.513	.944
VAR00048	116.5614	305.505	.468	.944
VAR00049	116.8509	309.526	.246	.945
VAR00051	117.0877	307.921	.371	.945
VAR00052	116.6842	306.483	.463	.945
VAR00053	116.6053	300.984	.628	.944
VAR00054	116.2456	304.417	.458	.945
VAR00055	116.8860	306.350	.421	.945
VAR00056	116.0877	299.143	.645	.944
VAR00058	117.1316	310.699	.211	.945
VAR00060	116.5965	307.853	.391	.945
VAR00061	116.5088	304.942	.457	.945
VAR00062	116.8947	305.316	.448	.945
VAR00063	116.9561	308.821	.295	.945
VAR00064	116.3421	305.643	.390	.945
VAR00065	116.7193	305.478	.529	.944
VAR00066	115.6140	306.611	.393	.945
VAR00068	116.6842	305.386	.458	.945
VAR00070	116.6053	308.896	.335	.945
VAR00071	116.7807	303.907	.492	.944
VAR00072	116.6930	304.834	.484	.944
VAR00073	116.5263	308.322	.375	.945
VAR00074	116.8947	304.201	.560	.944
VAR00075	116.0702	298.420	.703	.943
VAR00077	117.0263	308.504	.321	.945
VAR00078	116.7105	307.659	.397	.945
VAR00080	116.7719	309.417	.272	.945

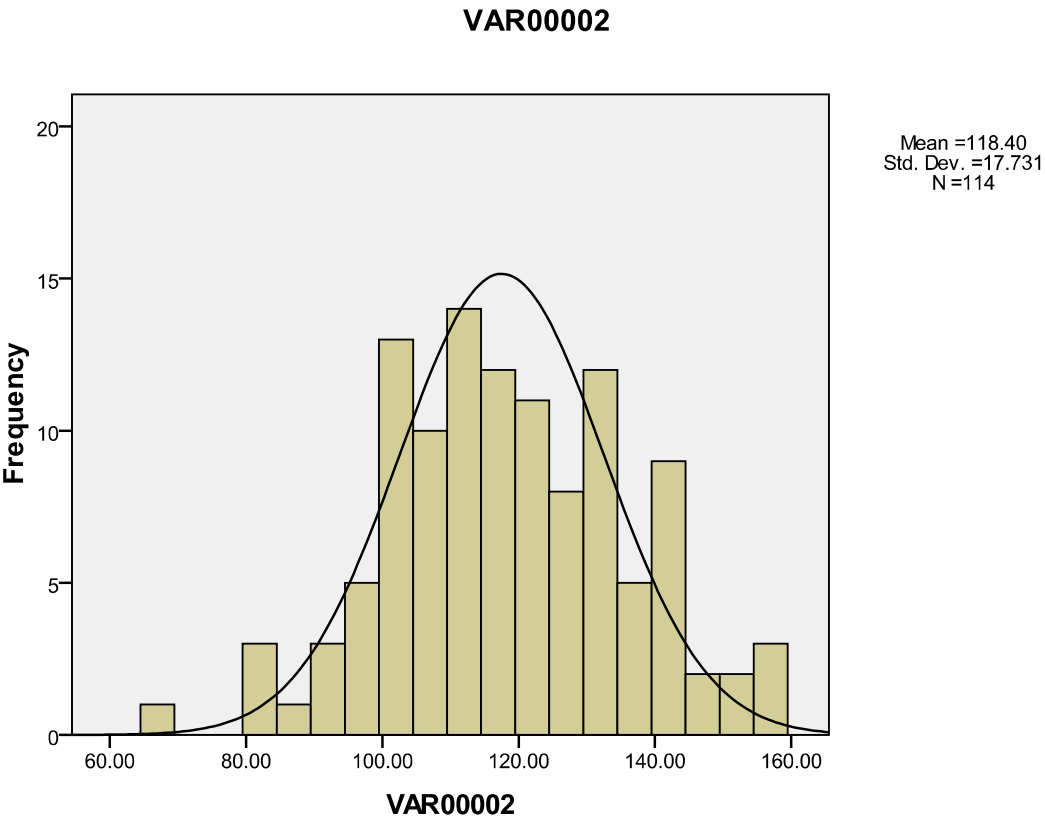
UJI NOMALITAS DATA

		VAR00001	VAR00002
N	Valid	114	114
	missing	0	0
Mean		218.0351	118.4035
Std. Error of Mean		1.50582	1.66070
Median		218.0000	118.0000
Mode		215.00	112.00
Std. Deviation		16.07776	17.73139
Variance		258.494	314.402
Skewness		-.166	-.025
Std. Error of Skewness		.226	.226
Kurtosis		-.720	-.011
Std. Error of Kurtosis		.449	.449
Range		68.00	92.00
Minimum		182.00	67.00
Maximum		250.00	159.00
Sum		24856.00	13498.00
Percentiles	10	195.5000	97.0000
	20	202.0000	103.0000
	25	205.0000	106.7500
	30	206.5000	108.5000
	40	215.0000	113.0000
	50	218.0000	118.0000
	60	224.0000	122.0000
	70	227.5000	129.0000
	75	230.0000	131.2500
	80	231.0000	133.0000
	90	239.5000	142.0000

Histogram Kualitas Dzikir



Histogram Kecemasan



Uji Korelasi

		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Pearson Correlation	1	-.626**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	114	114
VAR00002	Pearson Correlation	-.626**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	114	114

Uji Linieritas

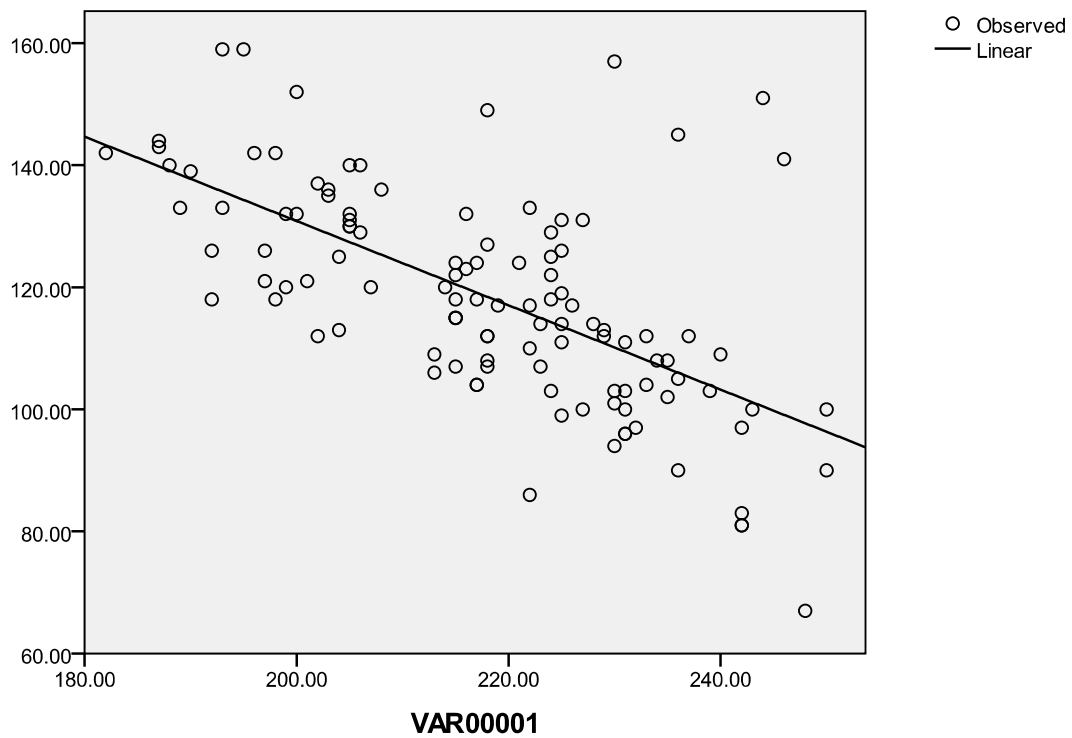
Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:VAR00002

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.392	72.180	1	112	.000	268.936	-.690

The independent variable is VAR00001.

VAR00002



LAMPIRAN E
PREKUENSI DAN KATEGORISASI

Kualitas Dzikir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	182.00	1	.9	.9	.9
	187.00	2	1.8	1.8	2.6
	188.00	1	.9	.9	3.5
	189.00	1	.9	.9	4.4
	190.00	1	.9	.9	5.3
	192.00	2	1.8	1.8	7.0
	193.00	2	1.8	1.8	8.8
	195.00	1	.9	.9	9.6
	196.00	1	.9	.9	10.5
	197.00	2	1.8	1.8	12.3
	198.00	2	1.8	1.8	14.0
	199.00	2	1.8	1.8	15.8
	200.00	2	1.8	1.8	17.5
	201.00	1	.9	.9	18.4
	202.00	2	1.8	1.8	20.2
	203.00	2	1.8	1.8	21.9
	204.00	2	1.8	1.8	23.7
	205.00	5	4.4	4.4	28.1
	206.00	2	1.8	1.8	29.8
	207.00	1	.9	.9	30.7
	208.00	1	.9	.9	31.6
	213.00	2	1.8	1.8	33.3
	214.00	1	.9	.9	34.2
	215.00	7	6.1	6.1	40.4
	216.00	2	1.8	1.8	42.1
	217.00	4	3.5	3.5	45.6
	218.00	6	5.3	5.3	50.9
	219.00	1	.9	.9	51.8
	221.00	1	.9	.9	52.6
	222.00	4	3.5	3.5	56.1
	223.00	2	1.8	1.8	57.9
	224.00	5	4.4	4.4	62.3
	225.00	6	5.3	5.3	67.5
	226.00	1	.9	.9	68.4
	227.00	2	1.8	1.8	70.2
	228.00	1	.9	.9	71.1
	229.00	2	1.8	1.8	72.8

230.00	4	3.5	3.5	76.3
231.00	5	4.4	4.4	80.7
232.00	1	.9	.9	81.6
233.00	2	1.8	1.8	83.3
234.00	1	.9	.9	84.2
235.00	2	1.8	1.8	86.0
236.00	3	2.6	2.6	88.6
237.00	1	.9	.9	89.5
239.00	1	.9	.9	90.4
240.00	1	.9	.9	91.2
242.00	4	3.5	3.5	94.7
243.00	1	.9	.9	95.6
244.00	1	.9	.9	96.5
246.00	1	.9	.9	97.4
248.00	1	.9	.9	98.2
250.00	2	1.8	1.8	100.0
Total	114	100.0	100.0	

Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	67.00	1	.9	.9	.9
	81.00	2	1.8	1.8	2.6
	83.00	1	.9	.9	3.5
	86.00	1	.9	.9	4.4
	90.00	2	1.8	1.8	6.1
	94.00	1	.9	.9	7.0
	96.00	2	1.8	1.8	8.8
	97.00	2	1.8	1.8	10.5
	99.00	1	.9	.9	11.4
	100.00	4	3.5	3.5	14.9
	101.00	1	.9	.9	15.8
	102.00	1	.9	.9	16.7
	103.00	4	3.5	3.5	20.2
	104.00	3	2.6	2.6	22.8
	105.00	1	.9	.9	23.7
	106.00	1	.9	.9	24.6
	107.00	3	2.6	2.6	27.2
	108.00	3	2.6	2.6	29.8
	109.00	2	1.8	1.8	31.6
	110.00	1	.9	.9	32.5
	111.00	2	1.8	1.8	34.2
	112.00	6	5.3	5.3	39.5
	113.00	2	1.8	1.8	41.2
	114.00	3	2.6	2.6	43.9
	115.00	3	2.6	2.6	46.5
	117.00	3	2.6	2.6	49.1
	118.00	5	4.4	4.4	53.5
	119.00	1	.9	.9	54.4
	120.00	3	2.6	2.6	57.0
	121.00	2	1.8	1.8	58.8
	122.00	2	1.8	1.8	60.5
	123.00	1	.9	.9	61.4
	124.00	3	2.6	2.6	64.0
	125.00	2	1.8	1.8	65.8
	126.00	3	2.6	2.6	68.4
	127.00	1	.9	.9	69.3
	129.00	2	1.8	1.8	71.1

130.00	2	1.8	1.8	72.8
131.00	3	2.6	2.6	75.4
132.00	4	3.5	3.5	78.9
133.00	3	2.6	2.6	81.6
135.00	1	.9	.9	82.5
136.00	2	1.8	1.8	84.2
137.00	1	.9	.9	85.1
139.00	1	.9	.9	86.0
140.00	3	2.6	2.6	88.6
141.00	1	.9	.9	89.5
142.00	3	2.6	2.6	92.1
143.00	1	.9	.9	93.0
144.00	1	.9	.9	93.9
145.00	1	.9	.9	94.7
149.00	1	.9	.9	95.6
151.00	1	.9	.9	96.5
152.00	1	.9	.9	97.4
157.00	1	.9	.9	98.2
159.00	2	1.8	1.8	100.0
Total	114	100.0	100.0	

LAMPIRAN F
SURAT-SURAT PENELITIAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Blue Print Kualitas Dzikir.....	47
Tabel 3.2. Blue Print Kecemasan.....	48
Tabel 3.3. Blue Print Kualitas Dzikir yang Valid dan Gugur.....	51
Tabel 3.4. Blue Print kualitas Dzikir yang Valid (Penelitian).....	52
Tabel 3.5. Blue Print Kecemasan yang Valid dan Gugur.....	53
Tabel 3.6. Blue Print Kecemasan yang Valid (Penelitian).....	53
Tabel 3.7. Jadwal Penelitian.....	56
Tabel 4.1. Perhitungan Correlations.....	60
Tabel 4.2. Tabel 4.2. Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Korelasi.	62
Tabel 4.3. Deskripsi Statistik Variabel Kualitas Dzikir.....	63
Tabel 4.4. Kategorisasi Kualitas Dzikir.....	63
Tabel 4.5. Deskripsi Statistik Variabel Kecemasan.....	64
Tabel 4.6. Kategorisasi Kecemasan.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Guide Wawancara
Lampiran B	Skala Kualitas Dzikir dan Skala Kecemasan
Lampiran C	Tabulasi Data
Lampiran D	Pengolahan Data
Lampiran E	Frekuensi dan kategorisasi
Lampiran F	Surat-surat Penelitian

RIWAYAT HIDUP PENULIS



YASRI, lahir di Batu Bersurat Kecamatan XIII Koto Kampar Kabupaten Kampar Riau pada tanggal 27 November 1983. Memulai pendidikan di SDN 029 Batu Bersurat XIII Koto Kampar dan tamat tahun 1997. Melanjutkan pendidikan di Madrasah Tarbiyah Islamiyah Candung (MTI Candung) Bukittinggi

Sumatra Barat samapi kelas enam. Sewaktu kelas enam peneliti pindah sekolah ke Madrasah Miftahul Ulumul Sariyah (M-MUS) di Batu Tagak Candung Bukittinggi dan menamatkan pendidikan kelas 7 di M-MUS pada tahun 2004. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan ke Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau, dan selesai pada tahun 2010. Bea siswa yang pernah diperoleh selama mengikuti pendidikan di Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau adalah Bea Siswa DIPA.